LEAC PENTRU PĂMÂNT

Cum să transformăm toxinele personale și de mediu





SANDRA INGERMAN

LEAC PENTRU PĂMÂNT

IATĂ UN MARE PROGRES PENTRU LUCRUL CU ENERGIA – VINDECAREA PĂMÂNTULUI ÎNSUȘI

Începând cu legendele larg răspândite despre vindecările şamanice, până la relatările biblice despre despicarea apelor Mării Roşii şi minunile făcute de Iisus când a înmulțit pâinile și peștii, multe tradiții spirituale conțin povestiri despre transformări, aparent inexplicabile, ale lumii şi naturii. Vechea artă de vindecare, cea a transmutației, în care substanțele toxice sunt neutralizate, este menționată în toate tradițiile spirituale importante ale lumii, inclusiv în textele şamanice, yoghine şi taoiste. Ea a fost abordată pentru a ne vindeca pe noi înşine, dar poate fi folosită şi pentru a vindeca mediul înconjurător.

Timp de douăzeci de ani, Sandra Ingerman a studiat modalități alternative de a anula poluarea mediului. În această carte, ea ne duce într-o călătorie extraordinară prin istoria transmutației, învățându-ne cum putem folosi această tehnică uitată, pentru a ne schimba pe noi înşine şi mediul în care trăim. Sandra ne oferă instrumente de creație, existente în practicile vechi de vindecare, cum ar fi vizualizarea, ceremoniile, ritualurile, incantările – care duc la rezultate dovedite în mod ştiințific. Într-un exemplu extraordinar despre ceea ce poate fi realizat, atunci când acțiunile noastre sunt alimentate de conştiință şi conştiența, Sandra Ingerman descrie succesul pe care l-a avut când a transformat natura apei poluate chimic.

O capodoperă a alchimiei, care oferă modalități practice de a transforma şi vindeca viețile noastre şi Pământul.

– Alberto Villoldo, Ph.D

Autorul cărților *Şaman, vindecător, înțelept* şi *Vise curajoase*

În această carte scrisă atât de frumos, Sandra Ingerman ne arată cum să lucrăm cu aliații noştri din planul spiritual, pentru a reface sănătatea şi vitalitatea mediul înconjurător. Cartea aduce o contribuție majoră la integrarea procedurilor şamanice în ecologie.

– Ralph Metzner, Ph.D.

Autor al cărții *Psihologia verde*





ISBN 978-973-1701-73-8
Preț: 28 RON

SANDRA INGERMAN

LEAC PENTRU PÃMÂNT

Cum sã transformãm toxinele personale și de mediu

Medicine for the Earth, Hoe to Transform Persdonal and Environmental Toxins
by Sandra Ingerman

Tehnoredactare: Felicia Drăguşin

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
INGERMAN, SANDRA
Leac pentru Pamânt : cum sa transforman toxinele personale si de mediu/
Sandra Ingerman - Bucureşti: For You, 2010

ISBN 978-973-1701-73-8
615

Tel./fax. 021/6656223; 0724212695; 031100455
e-mail foryou@editura-foryou.ro, monica.visan@editura-foryou.ro,
http://www.editura-foryou.ro, www.copiii-indigo.ro

Printed in Romania ISBN 978-973-1701-73-8

SANDRA INGERMAN

LEAC PENTRU PÃMÂNT

Cum să transformãm toxinele personale și de mediu

Traducere
Aurel Mocanu

Editura For You



Lui Michael Harner
și tuturor ajutoarelor
spirituale din viața mea.

În memoria
Katherinei Hubbard
și a lui
Brooke London Isberg



INTRODUCERE

Către sfârșitul anilor 1970 mi-am petrecut majoritatea verilor în valea de sud a râului Umpqua din Oregon. Într-o vară am cules conuri de brad, în alt an am fost pompier pentru serviciul forestier. În fiecare zi liberă stăteam la soare, pe o plajă care se află de-a lungul râului Umpqua. Iubeam acel râu; limpezimea și frumusețea sa mă atingeau, în același mod în care tânjeam să fiu atinsă de viață.

Într-o zi, pe când stăteam pe plajă, ascultând sunetele vindecătoare ale râului, am început să mă întreb dacă nu există vreo modalitate de a stopa poluarea lui. Absolvisem Universitatea de Stat din San Francisco, cu o diplomă în biologie și mă specializasem în biologia marină, așa că gândurile mele erau atrase, în mod firesc, către apă. Râurile erau magie pură pentru mine și eram tristă, știind că frumusețea atât de multor cursuri de apă din această lume era schimbată pentru totdeauna, din cauza poluării.

Aceste reflexii m-au făcut să mă gândesc serios să mă reîntorc la facultate, pentru a obține un master în biologie și pentru a avea posibilitatea de a scrie o teză asupra metodelor de diminuare a poluării râurilor. Am început să contactez diferite școli și, în curând, am găsit o facultate în Washington, al cărei departament de biologie mi-a împărtășit entuziasmul. Când am demarat formalitățile de înscriere, m-am oprit brusc. Nu voiam cu adevărat să fiu om de știință; doream să lucrez cu oamenii.

După foarte multe căutări sufletești, m-am înscris la Institutul Californian de Studii Asiatice (care acum se numește Institutul Californian de Studii Integrale), în programul de consiliere psihologică. În week-end-ul de Halloween din 1980, destinul m-a condus să particip la un curs de șamanism cu Dr. Michael Harner, antropolog și autorul cărții Calea Șamanului. În 1982, mi-am definitivat programul de master în consiliere psihologică simțind mai multă pasiune pentru practica șamanismului, decât pentru consilierea psihologică tradițională.

Șamanismul a fost prima practică spirituală a omenirii. Dovezile sugerează că el datează de cel puțin 40 de mii de ani, însă unii antropologi argumentează că este mai vechi de o sută de mii de ani. Șamanii pot fi găsiți în multe culturi din toată lumea, iar cuvântul șaman vine de la tribul Tungus, din Siberia. Un șaman este un bărbat sau o femeie care vindecă aspectele spirituale ale bolilor, diagnosticându-le și tratându-le, obținând, prin divinație, informații pentru comunitate, comunicând și interacționând cu lumea spiritului și, deseori, activând ca psihopomp, ajutând sufletele să traverseze către celelalte lumi.*

Preocuparea în domeniul șamanismului l-a făcut pe Michael Harner să exploreze practicile șamanice comune, care se există în diferite regiuni ale lumii. El a găsit că practica șamanismului este altceva decât ceea ce se numește călătoria șamanică. Mircea Eliade, autorul cărții Șamanismul: Tehnicile Arhaice ale Extazului, descrie șamanul ca fiind o persoană care călătorește într-o stare modificată de conștiință, în afara timpului și a spațiului.[1] Prin aceste călătorii, șamanul primește ajutor și informații pentru pacienți, familie,

** cel care conduce sufletele morților (ex. Caron)*

prieteni și comunitate. Dovezi ale practicării călătoriei șamanice s-au găsit în Siberia și alte părți ale Asiei, Laponia, Africa, Australia, precum și la indigenii din toate părțile continentelor americane.

De obicei, șamanii intră într-o stare modificată de conștiință, prin ascultarea unor sunete date de instrumente de percuție, lucru ce îi permite sufletului lor să zboare către ceea ce Carlos Castaneda a numit realitatea non-ordinară. În interiorul acestei realități, șamanii călătoresc în trei tărâmuri diferite: Lumea de Jos, Lumea de Mijloc și Lumea de Sus. Lumea de Jos și Lumea de Sus – pe care aborigenii australieni le numesc Dreamtime (Timpul visului/Ținutul Visului) – și care sunt considerate de Michael Harner ca fiind „lăcașul spiritelor pline de compasiune". În aceste tărâmuri, șamanul lucrează cu spirite ajutătoare, care iau forma animalelor de putere – cunoscute ca spirite păzitoare – și cu învățători umani, care, prin tradiție, sunt strămoși decedați sau personalități religioase.

Există multe nivele în Lumea de Jos și în Lumea de Sus, pentru că trăim într-un univers nelimitat. Prin explorarea acestor tărâmuri non-ordinare, cineva poate călători la diferite nivele și experimenta peisaje variate – și, de asemenea, poate comunica cu diferite animale de putere și învățători, care pot oferi ajutor vindecător și o mare înțelepciune.

La Lumea de Jos se ajunge printr-un tunel care duce în pământ. Peisajul tinde să fie foarte pământesc, plin de munți, deșerturi, mări, jungle dese și păduri. Lumea de Sus este experimentată de mulți ca fiind mai eterică. Lumina tinde să fie strălucitoare, iar culorile variază de la pasteluri blânde, la întuneric complet. În Lumea de Sus știu că stau pe ceva, dar nu pot să simt pământul sub picioare. Peisajele de acolo pot

fi foarte variate: câteodată găsesc un oraș de cristal, iar alteori, pur și simplu, mă aflu în nori. Lumea de Mijloc este partea spirituală a lumii noastre obișnuite și este folosită de șamani pentru a găsi obiecte pierdute sau furate și pentru a practica vindecări la mare distanță.

Începând cu 1980, am folosit călătoria șamanului ca practică spirituală, pentru a primi îndrumare atât pentru mine, cât și pentru pacienții mei și pentru a vindeca boli spirituale, ale căror simptome se pot manifesta ca probleme emoționale sau fizice. În 1985 m-am alăturat Facultății Internaționale a Fundației pentru Studii Șamanice, condusă de Michael Harner. De atunci, am predat călătoria șamanică și practici de vindecare, la mii de studenți din toată lumea.

Una dintre frumusețile călătoriei șamanice este faptul că permite revelația spirituală directă. De exemplu, spiritele pline de compasiune m-au învățat cum să trăiesc în armonie cu natura, cum să rezolv probleme și cum să mă vindec pe mine și pe alții. Pot spune cu sinceritate că nu aș fi aici, în ziua de astăzi, dacă nu ar fi fost iubirea, sfatul și înțelepciunea pe care spiritele au împărtășit-o cu mine. Din această cauză, le sunt pentru totdeauna recunoscătoare.

Douăzeci de ani de călătorii șamanice, a căror temă a fost cum să inversez poluarea, m-au condus să scriu această carte. Prima sământă a fost plantată atunci când atât spiritele, cât și intuiția mi-au spus că oamenii din vechime, de peste tot din lume, știau cum să transmute toxinele.

Am început să văd, cu febrilitate, capitolele. Când le-am spus unora că scriu o carte despre transmutare, ei au fost de la început prinși în entuziasmul meu – dar, după aceea, au pus cu toții aceeași întrebare pe care poate că o puneți și voi: „Ce este transmutarea?"

Cuvântul transmutare evocă multe simboluri și imagini diferite: bătrânii alchimiști transmutând metalele obișnuite în aur, Iisus transformând apa în vin, Iisus multiplicând pâinea și peștii sau Moise despărțind apele Mării Roșii, când evreii au fugit din Egipt. Transmutarea, așa cum este ea definită în această carte, înseamnă abilitatea de a transforma otrăvurile din corp și din mediu. Vechile texte, în special Biblia, sunt pline de povești metaforice, care se referă la această cunoaștere. Abordată în tradiții spirituale din toată lumea, ea este stocată undeva, în subconștientul fiecărei persoane, iar această carte vă va da mai multe chei pentru a-i descoperi bogățiile.

Din păcate, arta transmutării s-a pierdut în multe dintre culturile zilelor noastre. Ea a dispărut, atunci când am început să-i dăm științei puterea de a ne „salva". În ciuda progreselor salvatoare de vieți care au avut loc, multe boli încă îi lasă pe oamenii de știință nedumeriți, iar mediul nostru a început să devină din ce în ce mai periculos.

Deși în anii '70 au fost făcute mari schimbări în ceea ce privește curățarea râurilor, a golfurilor și aerului, rămâne încă foarte mult de făcut. Peștii din tot mai multe ape sunt considerați ca fiind prea periculoși pentru sănătate, ca să poată fi mâncați. Corporațiile încă poluează resursele noastre naturale, iar stratul de ozon continuă să se diminueze. Rapoartele asupra a ceea ce constituie nutriția potrivită se schimbă în fiecare lună, spre confuzia publicului. Un studiu spune că vitaminele sunt bune pentru noi, în timp ce altul spune că ele cauzează cancer. Administrația Federală din S.U.A. a Medicamentelor și Alimentelor (FDA) spune acum că poate fi periculos să mâncam pui cumpărat din magazine alimentare și carne care conține antibiotice, întrucât astfel pot apărea bac-

terii rezistente la antibiotice. În aceste timpuri, supermarketurile au introdus spre vânzare alimente modificate genetic, fără a cunoaște cu adevărat ce probleme pot cauza ele. Și, deloc surprinzător, mulți dintre noi am pierdut încrederea că medicina alopată poate să ne vindece bolile.

Totuși, eu nu doresc să mă concentrez asupra problemelor. Doresc să învățăm să ne folosim energia pentru a crea frumusețe și vindecare, în viețile noastre și pe planetă. Vă spun că putem reduce poluarea mediului prin metode spirituale. Cred că știința și tradițiile mistice pot conlucra pentru a oferi soluții pentru bolile lumii, dar mai întâi trebuie să ne reactualizăm cunoștințele asupra marilor mistici.

Tradițiile mistice care vorbesc despre abilitatea de a transmuta otrăvuri sunt o resursă valoroasă. Poveștile lor despre cum anumiți oameni dăruiți s-au armonizat cu natura, pentru a reface sănătatea mediului, au multe să ne învețe. Recent, în pădurile din America de Sud, au izbucnit incendii care au scăpat de sub control. În disperare de cauză, guvernul a apelat la șamani pentru a aduce ploaia. La două zile după sosirea lor, a început să plouă. Ce resurse au folosit acești șamani?

În timpul rezistenței olandeze, din cel de-al doilea Război Mondial, Jack Schwarz a fost capturat de Gestapo și torturat. Dar rănile lui s-au vindecat, chiar sub ochii torționarilor săi. Mai târziu, la televiziunea publică, el și-a înfipt ace în corp și apoi s-a vindecat, în fața camerei de luat vederi. Ce resurse a folosit el?

Oameni din toată lumea merg în anumite locuri în pelerinaje pentru vindecare – de la Lourdes, Franța, până la Santuario de Chimayo, în New Mexico. Vindecări miraculoase sunt semnalate în mod continuu. Ce puteri lucrează aici?

În Leac pentru Pământ vă voi vorbi despre misterul acestor miracole – și chiar mai mult. Voi țese povești de transmutare, pe care ni le-au dăruit misticii antici și contemporani și vă voi duce, pas cu pas, prin practicile spirituale necesare pentru a accesa cunoștințele lor asupra vindecării. Vă voi iniția în anumite schimbări ale conștiinței, care sunt esențiale pentru a îmbrățișa și a folosi această înțelepciune.

Să aruncăm o privire asupra unora dintre scopurile alchimiștilor, în ceea ce privește transmutarea. În cartea sa, Pilonul focului celest, Robert Cox explică:

> *„Tradiția alchimiei are rădăcini în practic orice tradiție antică de pe planetă. Visul suprem al alchimistului era să producă Elixirul Vieții sau Piatra Filozofală, care aveau capacitatea de a transmuta corpul obișnuit al omului, într-un corp perfect, incoruptibil, spiritualizat și, de asemenea, de a transmuta metalele obișnuite, într-un metal perfect, aurul."*[2]

Manly P. Hall, autorul cărții Învățăturile secrete ale tuturor veacurilor, a acumulat o incredibilă bogăție de informații despre alchimiștii anticii și credea că alchimia era una dintre cele mai vechi științe cunoscute lumii. El scrie:

> *„Scopul alchimiei nu era să facă ceva din nimic, ci mai degrabă acela de a fertiliza și hrăni sămânța care era deja prezentă. Procesele sale nu creau aur, ci mai curând făceau ca atotprezenta sămânță de aur să crească și să înflorească. Tot ceea ce există are un spirit - sămânța de divinitate din interiorul său propriu - iar regenerarea nu este procesul de a încerca să plasăm ceva, acolo unde nu a existat înainte. Regenerarea înseamnă, de fapt, desfășurarea divinității omniprezente în om,*

astfel încât această divinitate să poată străluci ca un Soare și să lumineze toate lucrurile cu care vine în contact."[3]

Transmutarea, așa cum o prezint eu în această carte, este procesul de a învăța cum să ne unim cu propria divinitate, pentru a schimba ceea ce alchimiștii numesc conștiință grea precum plumbul – în conștiință ușoară și luminoasă, precum aurul. Intenția mea este să folosesc această cunoaștere antică, nu pentru a vă învăța cum să creați literalmente aur, ci pentru a vă ajuta să scoateți la iveală propria voastră divinitate, transformându-vă astfel viața într-o comoară care, în sine, e mult mai prețioasă decât tot ce ar putea să vă aducă vreodată, aurul. În continuare, vă voi prezenta importanța creării acelui spațiu care îi permite schimbării să se întâmple – în loc de a încerca să facem ca schimbările să aibă loc.

Pitagora a somat omenirea: „să prefere comorile minții și sufletului, în loc de acumulările de bunuri pământești". În Versurile de Aur ale lui Pitagora, el spune că, dacă ne transcendem natura materială joasă, vom fi din nou uniți cu zeii și vom împărtăși nemurirea lor.[4]

Când eram copil și locuiam în Brooklyn, lumea îmi părea absolut fermecată! Îmi plăcea să le cânt copacilor, păsărilor și lunii și îi auzeam cum îmi cântau și ei mie. Am fost foarte influențată de Felix motanul, care întotdeauna putea să-și strecoare laba în punga sa fermecată, din care scotea orice avea nevoie ca să-l ajute. Dacă și voi ați trăit experiența unei lumi fermecate, pe când erați copii, știți cât de minunat vă părea tot ce vă înconjoară. Dacă nu ați avut parte de această experiență, încă mai puteți să explorați bogățiile tărâmurilor magice invizibile și să vă implicați în dansul divin, împreună cu tot ceea ce este viu.

În cartea "Desfășurarea sinelui", RalpH Metzner, cercetător și învățător în zona conștiinței, definește transmutarea în termeni psihologici. El spune că alchimia a fost o încercare timpurie de a crea o știință a conștiinței, care include ideea de transmutare a elementelor. Dintr-o perspectivă psihologică, elementele reprezintă aspecte ale naturii noastre, care pot fi transmutate dintr-o stare de haos, într-una de armonie și echilibru.[5]

Dizarmonia cauzează boala. Când ne întoarcem la o viață de echilibru, urmează vindecarea. Trăind o existență armonioasă, câștigăm o adevărată înțelegere a frumuseții vieții. Când ceva este aliniat cu propria sa natură, precum și cu lumea naturală, este creată o stare de armonie – stare care apoi este percepută de alții, ca fiind ceva de o mare frumusețe.

Înainte de a putea să apreciem cu adevărat frumusețea pe care o simțim în exteriorul nostru și pe această planetă, trebuie să vedem și să ne onorăm propria frumusețe interioară. Înainte de a putea avea armonie în exterior, trebuie să o putem trăi în interiorul nostru. În consecință, trebuie să ne schimbăm pe noi înșine, înainte de a putea să influențăm lumea din exterior. Pentru a face aceasta, este esențial să ne găsim Lumina interioară, divinitatea din noi și, de asemenea, să neutralizăm sau să ne transmutăm demonii mentali, prin practici spirituale zilnice, astfel încât să obținem pacea interioară. Metaforic vorbind, trebuie să murim, pentru a putea trăi. Această afirmație se referă la micile morți pe care trebuie să le trăim ca experiență, pentru a putea continua să ne păstrăm conectați cu divinitatea.

Manly Hall ne învață că adevărata cunoaștere este ascunsă în filozofia hermetică și că trebuie să trecem printr-o „alchimie a sufletului", înainte de a practica alchimia în

lume. Trebuie să ne dăm voie nouă înșine să ne naștem din nou, pentru a realiza Marea Operă. Aceasta este cheia succesului în practica alchimiei, iar studenții vor fi dezamăgiți de rezultatele lor, dacă nu au trecut prin transformarea personală cerută pentru a putea să realizeze schimbarea în lumea exterioară.[6] *În toate procesele de transformare apare câte o formă de moarte. Pe măsură ce avansăm cu lucrarea noastră, vom vedea că transmutarea ne cere să renunțăm în permanență la egou și să ne predăm în fața puterii universului și a forțelor divine, care sunt responsabile de miracole.*

Paracelsus, născut în jurul anului 1493, este cunoscut ca unul dintre cei mai faimoși filozofi alchimici și hermetici. El a tratat și vindecat lepră, holeră și cancer. Paracelsus a avut un învățător care era alchimist și se numea Solomon Trismosin. După cum se spune, Trismosin putea să transmute metalele în aur și și-a folosit cunoașterea alchimică, pentru a se menține în viață, vreme de 150 de ani. În lucrarea sa, Călătorii alchimice, Manly Hall îl citează pe Trismosin, care spune că trebuie să studiem cine suntem noi cu adevărat și conexiunea noastră cu tot ceea ce e viu. Când facem acest lucru, vom găsi că tot ceea ce percepem în exterior se află, de asemenea, și în interiorul nostru.[7]

Vă voi arăta că, aducându-vă conștiința într-o stare de armonie și echilibru, veți avea impact atât asupra sănătății voastre, cât și asupra sănătății mediului. După cum afirmă atât de exact, Ron Roth – preot romano-catolic de mai mult de 25 de ani și care îi învață acum pe oamenii de toate credințele, de toate religiile, mistica modernă și vindecarea prin rugăciune – în cartea sa Calea vindecării prin rugăciune: „Conform legii spirituale, îndată ce reparăm, la nivel spiritual, răul făcut,

lumea naturală începe să fie reparată în același timp".[8] Acesta este, cu adevărat, leacul pentru această planetă.

Pentru a învăța cum să ne schimbăm și să ne vindecăm pe noi înșine – din interior către exterior – trebuie să pornim pe o cale spirituală. În cultura noastră, noi ne-am pierdut într-o realitate rațională, mecanică, științifică. Prioritățile noastre au devenit dezechilibrate, pe măsură ce importantă pentru noi a devenit acumularea bogăției materiale. Am uitat de magia pe care o știam cândva.

În cartea sa, Ritual, putere, vindecare și comunitate, șamanul african Malidoma Some descrie acest fenomen, astfel:

> *„Oamenii indigeni sunt indigeni, deoarece nu există mașini între ei și zeii lor. Nu există mașini care să stea în drumul oamenilor către lumea spiritelor, nu există mașini prin care cineva să poată să intre și să asculte ce se întâmplă acolo, în interior, la nivel adânc, participând astfel la vibrația Naturii. Atunci când mașinile vorbesc în locul zeilor, oamenii sunt greu de determinat să asculte și încă și mai greu de pus să vibreze la unison cu tărâmul Naturii."*[9]

Povestiri care vin din Biblie, din Kabala și din diverse lucrări taoiste, hinduse, de yoga, alchimice, egiptene și șamanice, arată că, pe vremuri, miracolele se întâmplau zilnic. Miracolele se întâmplă încă și astăzi, dar nu mai sunt o regulă. În timpul uneia dintre călătoriile mele șamanice, am vorbit cu învățătoarea mea spirituală, zeița egipteană Isis, care mi-a spus că, în epoca noastră actuală, tărâmurile spirituale sunt separate de lumea fizică. În antichitate, realitatea ordinară și tărâmurile non-ordinare nu erau separate. Zeii și zeițele cutreierau Pământul – de unde și poveștile despre

formele lor umane și formele lor spirituale, despre care se vorbește în Egipt.

Dar acum, vălurile dintre lumi sunt trase. Am pierdut atât de mult contactul cu propria noastră frumusețe și esență, încât iluziile în care credem au ajuns să acopere, ca niște nori, adevărul – iar realitatea noastră a devenit lipsită de lumină. E timpul să redeschidem cortina și să chemăm din nou tărâmurile spirituale să coboare pe Pământ, astfel încât să putem vedea mai clar perfecțiunea din toate lucrurile. Trebuie să accesăm din nou atât tărâmurile spirituale, cât și puterea divină, pentru a crea vindecări miraculoase. După cum a spus Albert Enstein: „Puterea științei adevărate stă în a fi mistică".

Conform legendelor hinduse, trăim în timpul numit Kali Yuga, o eră întunecată pentru omenire. Eu cred că această întunecime se referă la faptul că vălurile dintre lumi sunt coborâte, separându-ne de tărâmurile spirituale și de Divin – și, în consecință, separându-ne de propria noastră divinitate interioară. Iată ce înseamnă „căderea din grație", „căderea din rai". Căderea în Rai va veni atunci când ne vom uni, din nou, cu forțele spirituale care creează magia și înțelesul vieților noastre. Această conexiune ne va readuce armonia necesară pentru a transmuta boala din noi înșine și din mediul nostru.

Mulți șamani spun că noi nu visăm visul care trebuie. Trăim cu iluziile că suntem separați de natură, separați de tărâmurile spirituale, rămânând victime ale vieții noastre și ale mediului. Aceste iluzii sunt semințe din care ies plante ale fricii, mâniei, urii, disperării și întunericului. Este timpul să eliminăm aceste plante ale iluziei din grădina noastră și să plantăm noi semințe. În cultura și civilizația noastră, am uitat cum să avem o viziune, astfel încât am fost aruncați în haosul uni-

versului, materializând vieți bazate pe gânduri confuze și neliniștite. Dacă avem oportunitatea de a crea o iluzie diferită, atunci haideți să visăm un vis care îmbrățișează iubirea, armonia, conectarea la tot – și, cel mai important, bucuria.

William Shakespeare a scris: „O scenă-i lumea și toți, bărbați și femei, sunt simpli actori". Este timpul să ne trezim la realitatea faptului că, pur și simplu, toți ne jucăm rolurile în această viață. E timpul să ne dez-identificăm de aceste roluri și costume și să ne dăm seama că există o imagine mai largă, un univers mai mare, dincolo de lumea mică, limitată, pe care am creat-o. E timpul să ne lărgim orizonturile și să ridicăm cortina pe care am tras-o între iluzie și adevăr, astfel încât spiritele, divinitatea, corpurile noastre să poată dansa din nou împreună, pe acest Pământ. Atunci ne vom întoarce la era de aur pe care am pierdut-o.

Atunci când lucrăm cu cunoașterea spirituală veche, trebuie să ne amintim că o astfel de înțelepciune a fost deseori împărtășită prin metaforă și alegorie. Aceste povești nu erau spuse pentru a fi înțelese literal.

De exemplu, într-o călătorie șamanică, mi s-a spus că e nevoie să mă ocup mai mult de grădinărit. Am luat această informație literal, presupunând că spiritele încearcă să mă scoată mai mult în natură, deoarece mă pierdusem în viața mea, care se derula într-un ritm foarte rapid. Totuși, nu mă pricep la îngrijitul plantelor și încercările mele de a ține o grădină s-au soldat cu dezastre.

Totuși, trebuie să recunosc că faptul de a sta mai mult timp în aer liber a fost benefic pentru mine. După o vară de plantat răsaduri și scos buruieni, dar fără prea mare rezultat, mi-am dat seama că spiritele nu sugerau, literalmente, ca eu să ies afară și să mă ocup de plantele din grădină. Ele suge-

rau să privesc viața și să lucrez cu ea, ca și cum ar fi o grădină. Spiritele îmi cereau să folosesc metafore luate din grădinărit, atunci când mă întâlnesc cu pacienții și când predau seminarii de șamanism.

Când facem o muncă de vindecare spirituală, e foarte ușor să plantăm într-un pacient, semințe ale fricii, făcându-i o profeție negativă. Dar având în vedere că deja trăim vieți atât de pline de frică, pentru a ne vindeca nu avem nevoie de încă și mai multă – ci, mai degrabă, de inspirație. Spiritele încercau să mă învețe să plantez semințele iubirii și ale speranței – în loc de semințe ale fricii.

De îndată ce mi-am dat seama de adevăratul înțeles al mesajelor spiritelor, munca mea cu oamenii și modul meu de a preda s-au schimbat, astfel încât să cuprindă această cunoaștere vindecătoare. Am început să practic folosirea cuvintelor-sământă din care cresc plante ale iubirii, speranței și inspirației, în loc de plante ale fricii.

Una dintre elevele mele mi-a cerut odată să o ajut să lucreze cu o pacientă de-a sa, care avea cancer. Pacienta a făcut o călătorie șamanică, în care i-a pus următoarea întrebare, spiritului său ajutător: „Am să mor?" Spiritul care o ajută și la care ea a mers i-a răspuns: „Da". Totuși, interpretarea pe care am dat-o eu acestui răspuns a fost mai puțin literală: Dacă o persoană se află într-o situație în care are o boală ce îi amenință viața, ea trebuie să moară pentru a trăi. Procesul vindecării unei boli majore determină atât de multe schimbări pentru viața unei persoane, încât, deseori, pare ca și cum aceasta ar fi murit – și așa este.

Spiritele pline de compasiune, care intenționează să ducă mai departe evoluția și extinderea noastră, nu ar scăpa informații despre moartea fizică a unei persoane. Cu astfel de

informații interpretate literal, ni se oferă doar o singură cale – cea care duce în jos. În plus, pierdem adevărul înțelepciunii care ne este împărtășită. Dar atunci când conceptele sunt prezentate metaforic, suntem forțați să ne deschidem către o altă adâncime a înțelepciunii și să evoluăm pe alte nivele.

Prin povești metaforice, legende și alegorii, misticii ne învață cum să folosim puterea transmutării, pentru a ne vindeca pe noi înșine și mediul. Ei ne învață că transmutarea înseamnă să ne punem picioarele pe pământ, să ne ridicăm mâinile către cer, să ne jucăm cu forțele naturii și cu puterea universului. St. Germain descrie atât de bine toate acestea, atunci când spune:

> *Astfel, alchimia, când este înțeleasă cum trebuie, are de-a face cu puterea conștientă de a controla mutațiile și transmutațiile din interiorul Materiei și energiei - și chiar din interiorul vieții însăși. Ea este știința misticului și este punctul forte al omului autorealizat, care, după ce a căutat, s-a găsit pe sine însuși a fi una cu Dumnezeu și vrea să-și joace rolul.*[1]

După ce o prietenă a citit manuscrisul cărții Leac pentru Pământ, părerea ei a fost că, pe măsură ce vechile formule și-au trăit traiul, această carte le dă oamenilor o nouă formulă, în care ei să se încadreze cu grație. Pentru a reintroduce sau a relua această înțelepciune antică, este esențial să începem prin încorporarea în viața noastră, a unor practici spirituale. În primul rând, înainte de a putea să materializăm miracolele pe care le-au făcut misticii, trebuie să ajungem la starea de conștiință pe care au atins-o ei.

După ce am citit un număr imens de povestiri despre miracolele transmutării, am analizat elementele pe care le

aveau toate în comun. Astfel, s-a format în mod natural o formulă: intenție – iubire – armonie – unime – focalizare – concentrare – imaginație – transmutare.

Această formulă este un gestalt – o hologramă ale cărei componente lucrează împreună și sunt inseparabile de întreg. Aceasta nu este o formulă liniară. Astfel, am organizat această carte, astfel încât fiecare parte să vă ajute să vă conectați la subconștienul vostru și să accesați puterile fiecărui element – intenție, iubire, armonie, unime, focalizare, concentrare și imaginație. În acest fel, prin propria voastră practică, veți înțelege calea către transmutare.

Formula pentru transmutare apare în diferite locuri din carte – acolo unde este nevoie pentru a vă ajuta să conectați materialul precedent, cu lucrarea noastră de transmutare, sau pentru a vă ajuta să procesați ceea ce învățați. De fiecare dată când voi prezenta formula pentru transmutare, voi face un rezumat al modului în care acel material are legătură cu vindecarea Pământului.

Călătoria pe care v-o propun începe cu Partea I, Creație și Unime, care vă învață cum să accesați puterea Divină care va lucra împreună cu voi, pentru a realiza transmutarea. Unimea este o experiență minunată, dar viața modernă ne produce mult stres zilnic, iar egoul nostru puternic ne distrage de la calea spirituală. Partea a II-a, Separare versus Unime, ne oferă o varietate de instrumente care vă vor ajuta să vă reconectați cu principiul Divin, atunci când vă pierdeți în problemele egotice ale vieții. Iubire și imaginație ne învață cum să creăm un spațiu sacru, care să primească prezența spiritului – și cum să ne folosim imaginația ca pe o forță creatoare, în propriile noastre vieți și în viețile celorlalți. Partea a IV-a, Armonie și natura lăuntrică și exterioară, discută mo-

dul în care reconectarea cu noi înșine și cu natura ne pune în armonie atât cu noi, cât și cu tot ce înseamnă viață. Din această stare de armonie, va curge lin, transmutarea.

După aceea, vă voi împărtăși practici specifice, care au fost folosite în toată lumea, pentru invocarea Divinității. Partea a V-a, Transmutarea, va descrie clar ce anume trebuie făcut, pentru ca transmutarea să aibă loc. În partea a VI-a, Ceremonii pentru transmutare, vă voi indica cum se folosesc și se organizează ceremoniile, apoi vă voi sugera ceremonii pe care le puteți folosi pentru a începe lucrarea cu puterea transmutării. În Epilog, vă voi împărtăși primele experimente de transmutare, pe care le-am făcut cu multe grupuri, în lucrarea de curățare a apelor poluate chimic. Vă voi arăta care au fost acțiunile de pregătire, ceremoniile folosite, rezultatul muncii noastre, ce am învățat și ce schimbări am simțit în noi, după aceea.

Dacă ați citit vreuna dintre cărțile mele, "Recuperarea sufletului", "Bun venit acasă" și "Căderea din Grație", e posibil să fi observat că unele concepte se repetă în cartea de față. Acestea sunt elementele de bază, esențiale explorării sau transmutării – iar aici vor căpăta un înțeles diferit, care vă va conduce mai profund în ceea ce faceți. Veți observa că, pe parcursul cărții, eu repet unele afirmații. O fac în mod special, întrucât anumite principii sunt cheia către succesul transmutării și vreau să vi le întipăresc profund în conștiință.

Fiecare secțiune din carte oferă exerciții care să vă ajute să lucrați direct. Este important să faceți exercițiile, pentru că ideile din carte nu pot fi folosite doar ca simple construcții mentale. Voi trebuie să trăiți și să deveniți ceea ce este scris aici. În același timp, cartea nu vă va învăța să faceți miracole. „Miracolul" transmutării vine din faptul că învățați să

vă iubiți pe voi înșivă și tot ce înseamnă viață. Când vă ridicați conștiința și conștiența, aceasta vă va determina să acționați. Acest proces necesită devotament și dedicare față de practicile spirituale zilnice; nu poți să o iei pe scurtătură.

Oamenii sunt deseori atrași de căile spirituale, pentru că își imaginează că vor obține anumite rezultate. Totuși, când descoperă cât de mult trebuie să se dedice unei asemenea lucrări, adesea renunță și caută o cale mai ușoară. Toate căile spirituale presupun dedicare zilnică. În cazul în care cauți un drum mai scurt și mai ușor, o să-ți spun ceva: nu-ți mai risipi timpul și energia, pentru că așa ceva nu există.

O altă capcană în care cad uneori oamenii este aceea de a încerca să folosească mintea rațională, pentru a înțelege și a analiza misterele vieții, în loc de a-și face treaba. Caroline Casey, astrolog și scriitor, folosește proverbul haitian, care spune: „Zeii nu apar, miracolele nu se întâmplă, dacă nu ne trăim, cu adevărat, viața. A studia viața nu înseamnă a o trăi – și de aceea nu are nimic magic în ea."[11]

A citi și a lucra cu materialul cuprins în cartea Leac pentru Pământ seamănă cu a căuta comori. Veți descoperi că Partea I și Partea a II-a sunt pregătirea pentru marea aventură. Unii vor fi emoționați și stimulați să traseze locurile pe hartă – lucru necesar, înainte ca aventura să înceapă. Unora le va veni să spună: „ Hai să pornim!" Va rog să vă amintiți că marea lucrare nu poate fi realizată decât după ce, mai întâi, vă transformați pe voi înșivă. Nu abandonați descoperirea unei mari comori, fiindcă nu ați vrut să mergeți pe calea care duce acolo.

Vă recomand să citiți toată cartea Leac pentru Pământ, înainte de a face exercițiile. În acest fel, veți vedea calea pe care vă conduc și veți putea decide dacă doriți să mergeți pe ea. Exercițiile pe care le prezint mi-au fost de ajutor în lucrarea

pe care am făcut-o cu mine însumi și cu alții. Totuși, fiecare dintre voi sunteți un geniu creativ, de sine stătător. Dacă vă imaginați ceva diferit, urmați propriul vostru proces creativ.

Dacă v-ați antrenat în călătoria șamanică, sau în alt sistem de a accesa informații spirituale, folosiți sistemul pe care îl cunoașteți pentru a face aceste exerciții. Dacă până acum nu ați primit nicio revelație spirituală, folosiți instrucțiunile exercițiilor – lucru care vă va aduce într-o stare de meditație. Dacă aveți dificultăți în a vă conecta cu cunoașterea și adevărul lăuntric, căutați un alt sistem spiritual de care să vă simțiți atrași și de unde să învățați cum să vă accesați propria ghidare spirituală. Puteți să începeți un jurnal în care să descrieți răspunsurile pe care le primiți în unele exerciții, sau puteți să notați chiar pe marginea acestei cărți, cuvinte pe care le-ați primit ca răspuns. Faceți ceea ce vă menține angajați în proces, în felul care vi se potrivește cel mai bine.

Mergeți încet cu procesul propriu; această muncă este profundă și puternică. O legendă hindusă despre zeul Șiva ne dă un exemplu de ceea ce poate face graba. Deși Șiva era sigur că poate să transmute otrăvurile lumii, el nu era cu adevărat pregătit să o facă. Când le-a înghițit, ele i-au blocat gâtul și a căpătat o culoare albăstrie. Luați-o încet și viața vi se va schimba spectaculos, în fiecare zi în care lucrați.

Noi tindem să ne conducem viețile într-un ritm foarte alert. Important e să recunoaștem că puterea misterelor vine prin contemplare profundă, nu prin învățarea unor tehnici. Obținem înțelepciunea din reamintire – iar reamintirea vine din a sta. A sta în interiorul vostru și în interiorul naturii va trezi cunoașterea intuitivă care doarme în voi, legată de ce anume este important în viață, precum și de adevăruri pe care poate că le-ați uitat. Faceți o prioritate din a vă vinde-

ca pe voi înșivă și mediul. Oferiți-vă timpul de care aveți nevoie, pentru a vă cufunda în ceea ce învățați. În acest fel, atunci când va începe timpul transmutării, nu vă veți face albaștri, ci vă veți mișca înspre Lumina Divină.

În cultura noastră de astăzi, una dintre cauzele bolilor este izolarea. Faptul că nu mai trăim și nu mai lucrăm în cooperare, în interiorul comunităților noastre, creează o singurătate care poate duce la boală emoțională și fizică. Putem să devenim copleșiți de cât de multe sunt de făcut și pare să nu existe nimeni cu care să împărțim povara asta. A lucra în comunitate poate să fie ceva extrem de vindecător la multe niveluri. Astfel, puteți hotărî să formați un grup de persoane care gândesc ca voi, pentru a studia și lucra cu materialul prezentat în cartea Leac pentru Pământ. Dacă deja lucrați într-un grup, nu vă lăsați prinși în capcana lui „cine are dreptate" sau „cine primește răspunsuri mai bune". A ne bucura de o comunitate înseamnă a împărtăși toate piesele puzzle-ului – care vor începe să vină la un loc, dacă onorați ceea ce oferă fiecare persoană.

Am petrecut ani întregi, făcând călătorii șamanice pe tema transmutării și citind texte din tradițiile spirituale ale planetei. Unele dintre cărțile pe care le-am citit sunt foarte vechi, în timp ce altele sunt mai moderne. Altele sunt pline de metafore și alegorii, pentru a ne împiedica să descoperim anumite secrete, înainte de a fi pregătiți pentru ele. Dar pot să adun în câteva rânduri, tot ce am învățat:

Tot ce înseamnă viață este din Lumină.
Eu sunt Lumină.
Noi suntem Lumină.
Transformați totul în Lumină.
Așa că, hai să începem.





CREAȚIE ȘI UNIME

Imaginați-vă stând într-un loc liniștit în natură, fiind nemișcați și tăcuți în interiorul vostru.

Inspirați puterea Universului.
Expirați puterea Universului.
Inspirați iubirea Divinului.
Expirați iubirea Divinului.
Inspirați Lumina Absolutului.
Expirați Lumina Absolutului.

După ce inspirați puterea, iubirea și Lumina Universului, expirați, împărtășind iubire și lumină cu tot ceea ce este viu. În timpul respirației, simțiți-vă cum vă extindeți în Lumina eternă a întregii vieți. Nu sunteți o entitate separată, ci sunteți una cu tot ceea ce este.

Folosiți-vă maginația.





MITUL CREAȚIEI

Dați lumină și întunericul
va dispărea de la sine.

ERASMUS

Când auzim povestirile miraculoase ale vindecării, elementul cheie implicat în transmutarea energiei este abilitatea de a ne mișca din locul unei stări egotice de conștiință – în care ne simțim separați de restul vieții – către o stare de unime cu puterea Universului sau a Creatorului.

Biblia relatează multe povestiri cu vindecări miraculoase, pe care le-a făcut Iisus, în unime cu Creatorul. În cartea Calea Vindecării prin Rugăciune, Ron Roth evidențiază faptul că pasajele din Biblie despre rugăciunea pentru vindecare au fost distorsionate prin traducere și spune cât de important este să ne conectăm cu energia Universului, atunci când transmutăm energia pentru vindecare. Roth spune că atunci când cuvintele lui Iisus au fost traduse din limba aramaică, s-a pierdut mult din ceea ce voia El cu adevărat să comunice. De exemplu, când Iisus le-a spus discipolilor Săi să se roage și să vindece în numele Său, pentru a înțelege adevăratul sens al acestor cuvinte, trebuie să avem aceeași înțelegere a esenței naturii Divine, pe care a avut-o Iisus, precum și același concept al creației și al unimii cu creația. Pentru a face miracole de transmutare, precum Iisus, trebuie

să ne mișcăm într-o stare de unime cu Creatorul, mai degrabă decât să cerem ajutorul lui Iisus.[1]

Unii dintre misticii din zilele noastre au vederi similare asupra naturii vindecării. Jack Schwarz, după cum am menționat și în introducere, este un bărbat remarcabil, care a avut din totdeauna puterea să se vindece pe el însuși.

În timpul celui de-al Doilea Război Mondial, el i-a terorizat, practic, pe torționarii săi naziști, vindecându-și rănile în prezența lor. În cartea sa, Cum să stăpâniți arta vindecării personale, el a scris despre modul în care, în condiții de laborator, el și-a vindecat rănile provocate de ace lungi înfipte în trup. Uneori, acele erau contaminate cu viruși sau bacterii. În niciunul dintre cazuri el nu a avut dureri, sângerări sau infecții.[2]

Schwarz spune că el se vindecă pe sine însuși, printr-o stare de conștiință înaltă și acordându-se la Univers. El crede că Scripturile se referă la potențialul nostru, atunci când vorbesc despre Dumnezeu și despre atotputernicia Sa. El spune că toți avem această abilitate de a atinge o astfel de conștiință și de a face vindecări așa cum a făcut El; avem nevoie doar să credem în noi înșine.[3]

Sai Baba este un mistic contemporan, care a demonstrat materializări miraculoase și a vindecat mii de oameni. O pacientă de-a mea, care a fost în audiență la Sai Baba, la ashramul său din India, mi-a spus despre un miracol pe care l-a înfăptuit el. Între zecile de mii de oameni de la ashram, el a pășit spre ea, i-a pus un inel în mână și i-a zis: „L-ai căutat, nu-i așa?" Era verigheta ei de cununie, pe care o pierduse cu ani în urmă, într-o chiuvetă.

Ca și Schwarz, Sai Baba accentuează potențialul nostru pentru astfel de stări de conștiință înalte, spunând: „El este Dumnezeu, noi de asemenea suntem Dumnezeu și sin-

gura diferență între El și noi este că El e mereu conștient de aceasta și trăiește complet în adevărul Său, în timp ce noi nu suntem conștienți de adevărul nostru".[4]

Povestirile despre miracole sunt bazate pe abilitatea de a ne contopi cu o putere mai înaltă. Pentru a transmuta energia, trebuie să fim în armonie și în unime cu sursa vieții. Totuși, în lumea noastră de astăzi, tehnologia ne-a separat de forțele naturale și celor mai mulți le lipsește baza spirituală necesară pentru a răspunde la următoarele întrebări:

Să fim în armonie cu ce?
Să fim în unime cu ce?
Să avem credință în ce?
Să avem încredere în ce?

Avem nevoie să ne reamintim că suntem mai mult decât egoul nostru, că trebuie să ne extindem starea de conștiință, îmbrățișând și contopindu-ne cu o putere mai înaltă – fie că acestei puteri mai înalte Îi spunem Dumnezeu, sursă, Lumină, absolutul, puterea Universului, nenumitul, cel de necunoscut, atotcunoscătorul, țesătura vieții, spiritul care trăiește în toate lucrurile, marea zeiță, Iisus, Buddha, Allah, Kuan Yin, Kali, Maria, Tara, Wankan Tanka, White Buffalo Woman, sau orice alt nume.

În cultura noastră, deseori ne blocăm în istoria propriei familii, în iluzia că suntem familiile din care provenim, ducând crearea celor ce suntem, înapoi în timp, numai până la strămoșii cei mai apropiați. Acest lucru are importanța sa – după cum vom vedea mai târziu. Dar, pentru a ne contopi și a fi în unime cu Creatorul, trebuie să ne reamintim sursa din care am venit, în cel mai profund sens al cuvântului.

Pentru a vorbi despre crearea noastră, este bine să ne uităm la miturile creației, pe care toate culturile le au. Mitul

creației este cărămida esențială pentru fundația spirituală cu care lucrăm. Studiul intercultural al miturilor creației este fascinant și aruncă lumină asupra propriei noastre înțelegeri a sursei creatoare. Povestirile metaforice formează credințele culturale, dar și pe cele morale.

În Mituri Primare, o carte despre miturile creației din toată lumea, Barbara Sproul, directoarea de Programe de Religie de la Colegiul Hunter din New York, afirmă că o funcție importantă a miturilor este aceea de a revela adevăruri universale abstracte, prin povestiri spuse „în lumea familiară a timpului și a spațiului" și care conțin detalii comune.[5]

În ziua de astăzi, nu există o unică poveste a creației, care să reflecte diversitatea populației comunităților noastre, ce sunt compuse din oameni de diferite rase, religii și credințe filosofice. Întrucât trăim în comunități din ce în ce mai multiculturale, devine din ce în ce mai important să înțelegem miturile diverselor culturi. Este de ajutor să incorporăm propriile noastre cuvinte și credințe spirituale, într-un mit personal al creației, care va funcționa ca o ușă către înțelegerea unimii despre care vorbesc toți misticii antici și moderni. Pentru acest motiv, ne vom ocupa de unele mituri ale creației, iar după aceasta vă voi învăța cum să vă dezvoltați propriul mit de acest gen.

În societatea noastră, poate cel mai cunoscut mit al creației este cel relatat în prima Carte a Genezei (Facerii):

> *La început, Dumnezeu a făcut cerul și pământul. Și Pământul era pustiu și gol; peste fața adâncului de ape era întuneric și Duhul lui Dumnezeu se mișca pe deasupra apelor.*
>
> *Și a zis Dumnezeu „Să fie lumină"; și a fost lumină. Dumnezeu a văzut că lumina era bună; și Dumnezeu a des-*

părțit lumina de întuneric. Dumnezeu a numit lumina ziuă, iar întunericul l-a numit noapte. Astfel a fost seară și apoi a fost dimineață: aceasta a fost ziua întâi.

Și Dumnezeu a zis: „Să fie o întindere între ape și ea să despartă apele de ape". Și Dumnezeu a făcut întinderea și ea a despărțit apele care sunt sub întindere, de apele care sunt deasupra. Dumnezeu a numit întinderea, cer. Și a văzut Dumnezeu că este bine. Și a fost seară și a fost dimineață: aceasta a fost ziua a doua.

Și a zis Dumnezeu: „Să se adune apele care sunt sub cer și să se arate uscatul". Și așa a fost. Dumnezeu a numit uscatul pământ, iar grămada de ape a numit-o mări. Dumnezeu a văzut că lucrul este bun. Apoi Dumnezeu a zis: „Să dea pământul verdeață, iarbă cu sământă, pomi roditori care să facă rod după felul lor și care să aibă în ei sămânța lor pe Pământ. Și a fost așa. Pământul a dat verdeață, iarbă cu sământă după soiul ei și pomi care fac rod și care au sămânța în ei, după soiul lor. Dumnezeu a văzut că lucrul acesta e bun. Și a fost seară, și apoi a fost dimineață: aceasta a fost ziua a treia. (Geneza 1: 1-13)

În continuare, povestea creației din Geneză ne arată cum Dumnezeu creează lumina, evidențiind zilele, anotimpurile și anii. Apoi, El creează păsările, ființele mării, și restul tărâmurilor animalelor și plantelor. El a sfârșit lucrarea Sa prin crearea omului, după chipul și asemănarea proprie. Prin puterea Sa de creație, El a dăruit tuturor ființelor vii, mâncare. Iar în ziua a șaptea, satisfăcut cu ceea ce a creat, Dumnezeu s-a odihnit.

Exprimarea metaforică și simbolică – limbajul miturilor – este de mare importanță în învățăturile spirituale, fiindcă

aceste simboluri pot fi folosite deseori, pentru a face mai ușor de înțeles principii semnificative, care sunt destul de neclare. Pe măsură ce începem să luăm în considerare scrierea propriului nostru mit al creației, vom implica mai mult folosirea reprezentărilor simbolice.

În cartea sa, Mituri primare, Barbara Sproul descrie cum miturile reflectă valorile și puterea metaforelor folosite pentru a le exprima. Ea spune că putem interpreta greșit miturile, făcând confuzie între mit și știință. Sproul folosește Geneza drept exemplu, punând întrebarea dacă Dumnezeu a creat universul, literalmente în șase zile, sau dacă nu cumva autorii evrei au folosit simbolic acest cadru temporal. Ea crede că atunci când legăm miturile de fapte și interpretări literale, pierdem esențialul. Miturile ne învață valori și înțelesuri. Metafora este o componentă necesară pentru a înțelege modul în care creează absolutul. În lucrul cu miturile este important să nu opunem o poveste a creației, științei și faptelor, ci să vedem mitul ca pe o poveste metaforică a credințelor noastre.[6]

Pe măsură ce vă gândiți la ceea ce tocmai ați citit, fiți atenți la reacțiile pe care le aveți când citiți Geneza și ceea ce spune Barbara Sproul despre metaforă și despre a nu crea o opoziție între știință și miturile creației. Ar fi de dorit să începeți să vă încorporați propriile credințe într-un mit al creației, întrucât nu puteți să vă contopiți sau să aveți o unime cu divinitatea creatoare, decât dacă povestea voastră îi vorbește, cu adevărat, sufletului vostru.

Pentru a înțelege miracolele pe care le-a înfăptuit Iisus, așa cum este scris în Biblie, și pentru a începe să aveți o viziune a modului în care Îl vedeți voi pe creator, este impor-

tant să înțelegeți forța cu care s-a unit El, pentru a reuși să facă aceste vindecări.

În viața mea, am avut câteva întâlniri cu moartea și am trecut prin experiențe clasice în preajma morții (NDE-uri) cu acele ocazii. Am avut experiența de a merge la Dumnezeu. Experiența mea în ceea ce Îl privește pe Dumnezeu este că Dumnezeu nu e masculin sau feminin. Pentru mine, Dumnezeu este Lumină pură – o lumină care nu se poate compara cu niciun alt fel de lumină pe care am văzut-o. Pentru mine, Dumnezeu este iubire pură – un fel de iubire pe care, probabil, nu o voi trăi în acest plan pământesc. Nu am fost judecată pentru cine sunt; pentru Dumnezeu, eram doar esență pură și Lumină. Pentru mine, noțiunea că Dumnezeu a creat omul după chipul și asemănarea Sa, înseamnă că așa cum Dumnezeu este Lumină, și eu sunt, de asemenea, lumină pură, esență pură.

În cartea sa Calea Vindecării prin Rugăciune, Ron Roth scrie că, în limba aramaică, Dumnezeu era numit Alaha, din care au derivat atât arabul Allah, cât și ebraicul Elohim. Roth spune că Alaha înseamnă „esență" sau „substanța a toată ființa", precum și „răsuflare" sau „forță vitală". După Roth, scopul rugăciunii este acela de a crea, menține și susține o relație cu Dumnezeu, cu divinitatea, mai degrabă decât acela de a cere ceva. Cu rugăciunea vine și conștientizarea că, odată cu fiecare respirație, inspirăm divinul în noi înșine.[7] Folosirea rugăciunii în acest fel este un mod frumos și puternic de a fi conectați și de a ne uni cu Creatorul, cu prezența divină din viețile noastre.

Roth Îl definește pe Dumnezeu în termeni de Lumină și energie. În Geneză, Dumnezeu creează formă din lipsa formei, atunci când decretează: „Să fie lumină". Prin faptul

că prima dată a creat lumina, Dumnezeu a adus întru ființă esența vieții, care este lumină și energie, creând viața după chipul și asemănarea Sa.[8]

În partea a V-a, vom explora semnificația interculturală a metaforei luminii implicată în experiențele transcendentale și locul său în lucrarea noastră cu transmutarea.

Pentru a adăuga alte dimensiuni posibile la definiția lui Dumnezeu, să luăm în considerare următoarea poveste a creației din Egipt, așa cum este ea spusă de Jean Houston, autoare și conferențiară în materie de mituri, istorie și psihologie, în cartea sa Pasiunea lui Isis și a lui Osiris, și de către Normandi Ellis, care îi învață pe oameni să scrie și a studiat limba și literatura egipteană ani de zile, în cartea sa Trezirea lui Osiris: Cartea Egipteană a Morților. Houston compară mitul egiptean cu Geneza, întrucât ambele încep cu cuvântul vorbit. Dar pentru egipteni, Dumnezeu era singur și dorea companie și astfel a creat viața pe Pământ și zeii din Ceruri – care, de fapt, erau doar aspecte ale Sale. Egiptenii aveau o cultură matriarhală, în care se vorbea despre Mama-Cer și Tatăl-Pământ și își marcau timpul în cicluri lunare de 28 de zile.[9]

Iată o parte din mitul egiptean al creației, așa cum este el povestit de Jean Houston:

> *La început era marele El/Ea: Atum. Complet. Întreg. Perfect. Și singur. Pasiune fără formă. Atum era totul și nimic - un șarpe ouroboric mușcându-și propria coadă, un derviș cosmic (atom/Atum), care se învârte în vid - sau, poate, nimic mai mult decât Spirit. Atunci nu exista nici înaltul, nici adâncul, nici trecutul, nici viitorul. Totul era întunericul etern. O respirație fier-*

binte, un oftat lung s-a mișcat peste apele primordiale ale Haosului. Însingurată și izolată în perfecțiunea Sa, ființa Divină și-a dorit compania Altuia, cu posibilitățile sinelor care au existat în interiorul unicului Sine. Astfel, Cuvântul a fost rostit, o respirație a vocalelor unui nume divin: Atum sau Om sau Yod-He-Vav-He - toate numele singurului Sine.

Povestea continuă atunci când Atum, din nevoia sa de companie, a creat zeii magiei (Heka), ai înțelepciunii (Hu), ai cunoașterii (Sia) și ai adevărului (Ma'at). Atum a declarat că ceea ce inima dorește, combinată cu voința, „formează Cuvântul care devine Marea Devenire".

Atum știa că El/Ea era sursa propriei sale ființe. Și, din această unire cu sine, Atum a născut doi copii - Shu, fiul, mintea, care a devenit zeul aerului și Tefnut, fiica, zeița pasionată și plină de emoție, a omenirii. Mai departe, Shu și Tefnut au dat naștere, prin unirea lor, unei fete, Nut, care a devenit frumosul corp al Raiului și unui fiu, Geb, care era „forța vitală pasională a Pământului". Nut și Geb rămân într-o îmbrățișare pasionată de-a lungul eternității, pentru că Nut s-a încovoiat și a acoperit Pământul cu stelele strălucitoare, iar Geb s-a ridicat către soția sa ca un deal, ca un munte.

Prin iubirea lor, iubirea Pământului și a Cerului, unul pentru celălalt, au apărut stelele și planetele care au dat lumină cerurilor întunecate. Nut i-a născut lui Geb o pereche de fii: Ra, Soarele și Thoth, Luna. Au luat naștere ciclurile soarelui și ale lunii, creând timpul și dând mai departe energie, pentru ca alți copii să se nască. În acest fel creația a mers mai departe.[10]

Normandi Ellis subliniază puterea limbajului în creație și în multele aspecte ale zeilor egipteni:

> *„Limbajul era de importanță primară; în esență, el creează un fel de magie. Egiptenii antici simțeau că dacă cuvintele puteau să fie pronunțate hotărât, în ordinea corectă și cu intonația corectă, ele puteau produce efecte magice. A Patra Evanghelie începe cu: „La început a fost Cuvântul". Într-o manieră similară, istoria egipteană a creării zeilor și a lumii începe cu cuvintele lui Temu:*
>
> *Eu sunt cel ce a venit în ființă, fiind ceea ce eu am creat*
> *- creatorul creațiilor...*
> *După ce am creat propria mea devenire,*
> *Am creat multe lucruri*
> *care au ieșit din gura mea.*
>
> *În plus, referirile la gură și la Re (sau Ra) pentru zeul soarelui sunt similare. Ceea ce implică aceasta este că e posibil ca Temu sa-și fi deschis gura și din ea a țâșnit lumina. Leii zilelor de ieri și de azi (timpul) erau simbolurile lui Ra și erau numiți re-re sau răgetele leilor. Deja putem să vedem cât de complex sunt legate sunetul cu simbolul, mitul și înțelesul. Astfel, limbajul rezonează, iarăși și iarăși, într-o spirală complexă de înțelesuri - un cuvânt sau o asociere ducând la următorul cuvânt, la următoarea asociere."*

Deși în acest text există o abundență de zei și zeițe, Ellis crede că a existat un timp când zeii erau una, multitudinea de zei și zeițe fiind aspecte ale unuia și aceluiași zeu. Ea continuă prin a spune că, în egipteană, cuvântul pentru „zeu" este neter.

Când aplicăm cuvântul englezesc zeu [god], la religia egipteană, el nu prea se potrivește, întrucât neter se referă la esență spirituală sau principiu. Ellis spune: „Cuvântul nostru ‚natură' s-ar putea să derive din el, din neter, prin limba latină". Deci, este nesigur dacă neterii reprezentau zeități, sau natura multiplă a unei ființe supreme.[11]

În propria mea viață și muncă, eu încorporez atât conceptul unei ființe supreme, cât și intermediarii, așa cum sunt văzuți în mitul creației egiptene. Ca persoană religioasă, eu cred într-o sursă a tot ce înseamnă viață – reprezentată ca o esență de Lumină sau ca iubire Divină – cu care mă conectez, în practica mea șamanică.

În șamanism, credința este că avem cu toții spirite care ne ajută, la care putem să apelăm, prin divinație, pentru a obține informații și pentru vindecare. Michael Harner le numește „spirite pline de compasiune". Luând forma animalelor și a oamenilor, aceste spirite sunt intermediarii care ne ajută în viață, în vindecare și în practica spirituală.

De exemplu, când am nevoie de ajutor, pentru a răspunde la o întrebare a mea sau a unui pacient, mă adresez spiritelor mele ajutătoare, pentru ghidare și sfat. Pentru mine, Lumina pe care o văd ca fiind ființa supremă, nu este o esență care îmi vorbește – ea nu are personalitate și nu mă vede ca o personalitate. Prin contrast, spiritele mele ajutătoare au personalități și esențe cu care pot relaționa. De exemplu, am o conexiune importantă cu o învățătoare spirituală, care ia forma zeiței egiptene Isis, aducând divinul feminin în viața mea.

În șamanism nu folosim propria noastră energie în lucrarea vindecătoare, ci lucrăm în parteneriat cu spiritele. Șamanul reprezintă inima și mâinile prin care spiritele lucre-

ază. Astfel, atunci când lucrez vindecare șamanică – cum ar fi restaurarea puterii pierdute, prin readucerea părților de suflet pierdute sau îndepărtarea energiilor intruse – eu mă contopesc cu spiritele mele ajutătoare. Spiritele care mă ajută sau spiritele pline de compasiune sunt conductorii puterii Universului. Pentru contopirea cu spiritele ajutătoare este necesară o expansiune a conștiinței, deoarece egoul trebuie să stea deoparte pentru ca această unime să poată avea loc. Voi explica aceasta mai detaliat, în partea a II-a.

Un alt mod în care lucrez cu pacienții este prin punerea mâinilor. Când folosesc această metodă, caut unimea cu Lumina, cu Iubirea Divină. Astfel, în vindecarea directă, uneori aleg să nu lucrez cu intermediari – chiar dacă ei au aceeași putere de a vindeca – în schimb, prefer să-mi extind conștiința și mai mult, ca să aduc sursa către pacient, prin mine, cu dorința de a crea o scânteie care să aprindă sursa din interiorul său.

Folosesc orice metodă sunt ghidată să folosesc, pentru fiecare pacient în parte. Cheia succesului vindecării nu constă în alegerea dacă să merg direct la sursă, sau dacă să folosesc un intermediar, ci în succesul de a-mi elimina grijile egoiste. Trebuie să fiu în comuniune cu o putere mai mare. Egoul nu vindecă; Iubirea Divină vindecă.

Normandi Ellis vorbește, de asemenea, despre diversitatea naturii ființei supreme. În mitul egiptean al creației, vedem un zeu sau o zeiță pentru fiecare dintre elemente – aer, pământ, foc și apă. De asemenea, există un zeu sau o esență spirituală a Soarelui și una a Lunii. Se știe că indigenii cred în existența unui spirit care trăiește în fiecare lucru. Totuși, pe măsură ce culturile au devenit mai științifice și raționale, am încetat să mai credem în lumile invizibile și validăm nu-

mai ceea ce poate fi văzut cu ochii. În consecință, ne-am pierdut legătura cu natura și cu alte ființe vii – ceea ce indigenii americani numesc țesătura vieții. Privind la felul în care disocierea noastră de rețeaua vieții a cauzat boli personale și boli ale mediului, vom vedea cum reconectarea cu ea devine o parte a capacității de a transmuta bolile.

Când voi vorbi despre munca de vindecare prin transmutarea energiei, voi folosi atât cuvântul spirit, cât și spirite, pentru a mă referi la puterea cu care trebuie să ne conectăm. O fac din cauza credințelor filozofice diferite ale oamenilor; unii dintre noi se simt mai confortabil lucrând cu o sursă Divină sau cu un spirit Divin, în timp ce alții preferă să lucreze cu mai multe spirite ajutătoare, sau zei și zeițe – sau cu o combinație a ambelor, așa cum fac și eu.

În pregătirea noastră pentru a avea viziunea unui mit personal al creației, va fi instructiv să privim la forțele spirituale ce apar în adaptarea unui alt mit al creației – de data aceasta, din Australia.

Zeița soarelui, Yhi, a adus lumină în întuneric. Pământul, creat de Baiame, avea nevoie de lumină și de căldură, pentru ca viața să poată evolua și să fie susținută.

Baiame era tatăl a toate și, la începuturile Dreamtime-ului, era viața însăși. Baiame era gând și inteligență fără trup și era parte a creației sale, trăind în orice animal și în orice formă de viață. El era indivizibil și complet.

Baiame a decis că era timpul să se arate pe sine însuși către ființele pe care le-a creat. El a împărtășit planurile sale cu Yhi, acestea fiind ca el să se îmbrace în carne. Din procesele de gândire care au adus la un loc atomi și praf, formând sânge,

tendoane, cartilagii și carne, el a format un animal care mergea ridicat în două picioare. Omul a fost astfel creat, ca vas pentru puterea-minte a marelui spirit. El avea mâini pentru a face unelte, precum și cunoașterea necesară pentru a le folosi. Omul avea un creier care se putea supune impulsului spiritului.

Spiritul tatălui-a-toate, fericit de ceea ce a creat, s-a întors la casa lui din ceruri, lăsând în urma sa încununarea creației sale, omul.[12]

Deși putem învăța multe din miturile creației, existente în alte culturi, pentru a trăi experiența unimii cu o putere mai mare, trebuie să fiți capabili să vă identificați cu calitățile și aspectul propriului vostru creator, întrucât nu este posibil să vă contopiți cu o putere mai înaltă, cu care nu vă puteți identifica. Aceasta se aplică oricăror percepte religioase pe care am fost forțați să le adoptăm în copilărie. Astfel de credințe nu ne vor da putere; în acest caz este necesar să recuperăm și să onorăm propriile noastre credințe filozofice. Mai mult, în lumea de astăzi – în care mulți oameni se pierd în puterea dinamică masculină a Divinului – este timpul să echilibrăm din nou aspectul masculin al Divinului, cu onoarea acordată puterii receptive a femininului. E posibil să doriți să accentuați acest lucru, în mitul creației voastre.

Vă ofer mai jos un exemplu de mit modern al creației – poveste pe care am scris-o pentru a exprima propriul meu sentiment al Divinului.

„Înainte de a fi un început, nu exista timp, nu exista gând, nu era nimic. Era doar gri. Din gri a crescut o extindere a întunericului, numită vid.

Vidul era gol - și totuși plin. Vidul purta sarcina unor posibilități nelimitate. Vidul era spațiul adânc din care a fost creat tot ceea ce urma să se nască. Vidul era începutul. Din vid a crescut o mare lumină. Această lumină, care era inteligență, nu cunoștea separarea. Întrucât nu era nicio separare, nu era nici o stare de singurătate. Lumina era iubire pură. Lumina era iubire Divină.

Lumina a avut un gând: oare cum ar fi să materializez o ființă asemeni mie - o ființă care ar putea să învețe despre materializarea formei fizice ca spirit? Acest gând a avut o mare putere, ca toate gândurile care creează materializări fizice. Nu există gând care să nu se materializeze în formă fizică.

Din gând a venit cuvântul. Cuvântul avea o mare putere magică. Când cuvântul a fost rostit, fapta s-a întâmplat. Pământul a fost creat ca un teren de joacă al spiritului, pentru ca acesta să învețe cum să materializeze. Lumina a materializat cerul, pământul, aerul, apa și focul, pentru a-și susține materializările. Au fost create animale, insecte, copaci, plante, omenirea. Omenirea a fost creată ca un experiment. Oamenilor li s-au dat trupuri în care să se joace, dar și minți care să gândească, să dezvolte și să evolueze. Dar este important să ne amintim că Lumina a creat omenirea, după chipul și asemănarea sa. Astfel, omenirea a fost cu adevărat Lumină înconjurată de acest corp, care putea interacționa cu dezvoltarea sa. Lumina își iubea cu adevărat toată creația. Toate cele create erau manifestări diferite ale Luminii - dar erau și Lumina însăși.

Lumina le-a dat oamenilor un mare dar. Aici, în cadrul creației, exista pentru spirit oportunitatea de a avea un corp. Acest

corp putea să guste, să simtă mirosuri, să simtă senzații, dar și emoții. Acest corp putea să cunoască bucuriile vieții pe Pământ.

Creatorul a făcut Soarele, care era sursa vieții. Tot ce înseamnă viață este din lumină. Tot ce înseamnă viață este susținut de lumină. Soarele hrănește toate plantele, copacii și animalele cu nutrienți. Tot ce înseamnă viață extrage forță vitală din cer și nutrienți din pământ. Pe când tot ce înseamnă viață primește cu recunoștință darurile creatorului și se hrănește cu ele, Lumina cântă plină de bucurie, deoarece viața apreciază tot ceea ce îi este dăruit de creația Pământului. Lumina Lunii a fost creată pentru a învăța tot ce înseamnă viață, despre ciclurile naturii. Lumina a creat omenirea pentru a dansa, a cânta, a mânca, a face dragoste, a cunoaște iubirea, a cunoaște bucuria de a fi un spirit într-un corp. Lumina a creat omenirea pentru a învăța despre aventura de a crea gând în formă fizică. Lumina a creat omenirea pentru ca aceasta să se joace. Lumina a creat omenirea după chipul și asemănarea sa - Lumină plină de iubire Divină, iubire Divină într-un corp care poate materializa posibilități fără sfârșit. A ști cum să mergi înapoi în vid - locul posibilităților fără sfârșit, acel loc de dinainte ca toată creația să înceapă să materializeze gândul în realitatea fizică - a învăța jocul și iubirea necondiționată, în timp ce se află într-un corp, acesta a fost scopul cu care Lumina a creat omenirea. Și Lumina a spus: [Fie ca dansul bucuriei pe Pământ să înceapă. Și așa a fost].“

Pentru mine, creatorul nu are gen, ci este Lumină pură și Iubire Divină. Când mă contopesc cu creatorul, sunt în unime cu esența pură a Luminii și Iubirii.

Acum că avem exemple de mituri ale creației, e timpul să-l scrieți pe al vostru. Mulți oameni se tem de creator, din cauza influenței religiilor, care ne învață că Dumnezeu e un Dumnezeu al pedepsei. În experiențele mele în preajma morții, am simțit doar profunda iubire necondiționată și prezența lui Dumnezeu care acceptă tot. Intrați în legătură cu iubirea, acceptarea, blândețea creatorului vostru. Imaginați-vă cum ar arăta și cum ați simți-o.

Exerciții

Primul pas pentru a vă face propriul vostru mit al creației este să scrieți o poveste cu care să puteți lucra la un nivel mai adânc. În miturile din multe culturi, creația a început cu o putere absolută, care a spus un cuvânt. Puterea cuvântului de a influența creația a fost foarte bine înțeleasă în toate culturile. Întrucât aceasta e o cheie importantă pentru creație și transmutare, o vom aprofunda în partea în partea a V-a a acestei cărți, după ce veți fi construit temelia spirituală necesară pentru a continua. Când vă creați mitul, nu vă bazați prea mult pe mintea voastră logică, rațională. În schimb, relaxați-vă, ascultați o muzică potrivită să vă ajute să treceți într-o stare de conștiință extinsă. Asigurați-vă că purtați haine confortabile. Deconectați orice sursă care vă poate deranja. Aveți nevoie de hârtie și ceva de scris, sau puteți folosi computerul. În loc să încercați să compuneți o poveste, lăsați povestea să vină la voi. Lăsați mâinile să se miște cu blândețe pe hârtie sau pe taste. Vedeți ce vine când vă lăsați, pur și simplu, mâinile să se miște peste pagină sau peste tastatură, fără să gândiți. În unele învățături, aceasta se numește scriere automată, atunci când îi dați voie subconștientului să vă reveleze credințele profunde despre propria crea-

ție, în loc de a încerca să vă forțați emisfera stângă a creierului, cea care gândește, să inventeze ceva. Permiteți-i procesului să se desfășoare. Nu vă grăbiți. Dacă nu obțineți rezultate într-o zi, aveți încredere că sufletul vostru vă va revela informația, atunci când veți fi pregătiți.

Iată câteva întrebări pe care le puteți lua în calcul, înainte de a vă scrie povestea:

În ce credeți?
Are creatorul vostru un nume?
Cum arată creatorul vostru?
Are creatorul vostru un gen?
Cum a început creația?
De ce s-a decis creatorul vostru să creeze omenirea?
Ce alte forme de viață a mai creat el?
Ce elemente naturale a creat el, pentru a susține formele de viață?
Cum își îngrijește și cum își susține creatorul vostru, formele de viață?
Ce calități sunt asociate cu creatorul vostru?

Răspunsurile la aceste întrebări ar putea să constituie elemente din povestea voastră. S-ar putea să vă schimbați mitul creației, pe măsură ce evoluați, aliniindu-l la nivelul conștiinței la care ați ajuns. Țineți minte: pentru a fi în unime cu puterea universului, trebuie să credeți într-o forță cu care să vă contopiți. De îndată ce v-ați compus povestea, puteți să vă dezvoltați mai departe ideile, desenând-o sau pictând-o. Nu contează dacă pictura este realistă sau abstractă; ea vă va permite să vă conectați cu materialul, la un nivel mai profund.





UNELTE PENTRU A ÎNCORPORA POVESTEA PERSONALĂ A CREAȚIEI

Următoarea fază a procesului este aceea de a lucra cu puterea simbolului. Pentru aceasta, compuneți un simbol al poveștii voastre legată de creație. Autoarea Dion Fortune a fost inițiată în anul 1919, în Ordinul Hermetic al Zorilor de Aur (Hermetic Order of the Golden Dawn), unde a studiat magia, combinând această cunoaștere cu înțelegerea ei asupra psihologiei. În cartea sa, Kabala mistică, Fortune explică necesitatea folosirii simbolurilor, atunci când exprimăm concepte abstracte, precum ideile spirituale. Ea spune că procesul, mai degrabă decât gândul, este modul în care obținem cunoașterea formelor mai înalte ale existenței. În comunicarea ideilor transcendentale, misticii și filozofii au folosit „fiecare comparație imaginabilă", precum și „un labirint de cuvinte" pentru a-și comunica impresiile. Dar aceste metode nu au reușit să arate adevărul realizărilor lor.

Kabaliștii folosesc cu succes simbolurile asupra cărora se poate medita, mai curând decât încercările de a-i explica minții, ideile greu de înțeles. Fortune spune: „Mintea nu poate să cuprindă filozofia transcendentală, mai mult decât pot ochii să vadă muzica".[1]

În Mituri primare, Barbara Sproul reiterează ideea că vehiculul pentru exprimarea mitului este simbolul. Întrucât mitul vorbește despre aspectele transcendente și incognosci-

bile ale vieții și creației, pentru exprimarea adevărurilor lor se folosesc simbolurile.[2]

Sai Baba ne învață importanța abilitații de a permite minții să-și creeze propria sa formă de divinitate, mai degrabă decât primirea unei imagini, a unei statui sau a unei picturi. Aceasta ne ajută să fim în unime cu creatorul. Baba spune: „Când mintea creează forma lui Dumnezeu, atunci mintea însăși devine acea formă și Dumnezeu Însuși va umple acea formă cu divinitatea Sa".[3]

În cartea Mit, religie și drepturile mamei, (Mith, religion and mother right), J.J. Bachofen spune:

> *„Simbolul trezește legăturile intime, vorbele pot doar să explice. Simbolul trage toate corzile spiritului uman, în timp ce vorbele sunt constânse să ia câte un gând pe rând. Simbolul își adâncește rădăcinsile în cele mai secrete profunzimi ale sufletului; limbajul atinge doar suprafața înțelegerii."*[4]

Pe lângă faptul că puteți folosi simbolurile pentru a vă conecta cu subconștienul, ele vă vor ajuta și să vă uniți cu o putere mai înaltă. Când începeți să vă imaginați creatorul, dacă îl vedeți ca pe o persoană, această ființă va avea o limită fizică. Întrucât și voi aveți o limită creată de corpul vostru, este dificil să trăiți experiența unei unimi complete cu creatorul vostru. Voi încercați să ajungeți într-un loc al esenței, unindu-vă cu esența. Astfel, este benefic să găsiți un simbol pentru esența voastră, care poate exprima unimea cu simbolul esenței creatorului.

Exerciții

Atunci când înțelegeți puterea simbolului, permiteți ca în ochiul minții să se formeze un simbol al creatorului, pe

care să-l puteți folosi pentru meditație. Acesta îi va permite propriului vostru subconștient să înceapă să se unească cu puterea voastră mai înaltă.

Puteți să desenați simbolul și să-l plasați undeva în casă sau în birou, într-un loc în care să-l vedeți des. Marele psiholog Carl Jung a spus că simbolurile îi vorbesc subconștienului nostru. Când vedeți un simbol în mod regulat, el începe să creeze o schimbare în psihicul și în conștiința voastră. Eu am pictat un tablou al luminii, pe care o percep ca fiind Dumnezeu. Acest tablou stă pe peretele din biroul meu, într-un loc unde îl pot vedea când lucrez. Atunci când mă pierd în limitările propriilor credințe și atitudini, acest simbol îmi reamintește de puterea pe care o îmbrățișează, cu adevărat, ființa mea și de forța din spatele ei.

Următoarea sarcină este să încorporați fizic, mitul creației voastre. Nu puteți trăi unimea cu puterea voastră mai înaltă, doar gândindu-vă la asta. Trebuie să simțiți cu adevărat această unime, în întregul vostru trup.

Ceea ce am învățat din propriile mele studii spirituale – în special din practica mea șamanică – este puterea cântecului și a dansului. Șamanii folosesc cântecul și dansul pentru a-i ajuta să îndepărteze egoul, astfel încât puterea universului să poată veni prin ei. Cântecul transformă conștiința.

Robert Gass, lector și conducător de workshop-uri, a fost implicat în studiul incantațiilor și al muzicii spirituale, vreme de peste douăzeci de ani. În cartea sa, Incantarea, el descrie încă un beneficiu al cântecului: „Prin sunetele repetitive ale unei incantații care vibrează în creierul nostru, începem să ne mișcăm către o stare mai aliniată, mai armonioasă".[5]

Cercetarea științifică a revelat că muzica are un efect puternic, în parte datorat faptului că anumite sunete au

capacitatea de a schimba frecvența undelor noastre cerebrale. Atunci când ne aflăm în starea obișnuită de conștiință, undele cerebrale se află în stare beta – o stare în care egoul prosperă. Totuși, anumite cântece ne pot încetini undele cerebrale, ducându-ne într-o stare alpha sau theta – stări profund meditative de conștiință. Starea theta este cea în care conștiința noastră poate să ne extindă experiența unimii.

Șamanii din toată lumea folosesc percuția, pentru a accesa o astfel de stare de conștiință extinsă. De asemenea, s-a demonstrat că există compoziții muzicale care încetinesc undele cerebrale, către stările alpha sau theta – așa cum sunt unele părți ale muzicii compuse de Mozart și Pachelbel. Șamanii lucrează și ei cu cântece de putere – cântece speciale, care sunt intonate numai atunci când un șaman se pregătește pentru a executa o lucrare spirituală serioasă. Mai mult decât atât, șamanii au cântece diferite, pentru diferite feluri de vindecare și de muncă de divinație.

Când un pacient vine la mine pentru vindecare șamanică, încep prin a discuta problema pe care o are. Deși, inițial, partea mea de psihoterapeut iese la iveală cu teorii despre ce s-ar fi putut întâmpla în trecutul pacientului și care ar putea fi cauza acestei probleme, îmi reamintesc că, din perspectiva unui vindecător spiritual, ceea ce gândește mintea mea despre toate astea, nu e important. Ceea ce contează este ce anume gândesc spiritele mele ajutătoare și modul în care ele vor împărtăși cu pacientul, energia vindecătoare a universului. Uneori observ că simt un pic de neliniște legată de ceea ce fac: Oare voi fi capabilă să-mi contactez spiritele ajutătoare? Oare ele chiar vor veni?

Toată această flecăreală mentală arată deconectarea mea de sursă. Parte a condiției umane este să aibă un ego,

iar eu cred că egoul a fost creat pentru a le da ființelor spirituale care suntem, un mod de a percepe timpul și spațiul. Pentru că fără un ego care percepe separarea de orice altceva, oare cum am ști ce spațiu ocupăm în lume? Dar cumva, în timpul evoluției, egoul s-a oprit din a se percepe pe sine ca un vehicul și a ajuns să se perceapă ca fiind cel care conduce spectacolul.

Acum, întrebarea este: atunci când facem muncă spirituală, cum aducem la tăcere partea noastră egotică, astfel încât să-i permitem unei puteri mai mari să lucreze prin noi? Metafora în care șamanul este un „os gol pe dinăuntru" descrie starea pe care trebuie să o atingem, pentru a-i permite puterii universului să vină prin noi. În această stare, egoul se dă deoparte, permițându-i puterii spirituale să-l umple pe șaman.

Ați cântat vreodată în duș? Atunci când cântați un cântec, fără ca nimeni să vă asculte, nu-i așa că vă simțiți de parcă ați deveni imenși, energia voastră ocupă un spațiu mai mare decât cel cu care sunteți obișnuiți și parcă nimic nu v-ar mai putea opri? Știu că ați avut parte de această experiență, măcar o dată în viața voastră.

Aceasta este ceea ce se întâmplă, atunci când cântați un cântec de putere. Permițându-vă să vă mișcați cu adevărat în interiorul cântecului, energia voastră se extinde și astfel îi permiteți puterii spiritului să interacționeze cu voi. Înainte de a face orice muncă de vindecare spirituală cu un pacient, îmi cânt cântecul de putere timp de douăzeci de minute, până când simt că mintea a tăcut, iar energia mea se simte atât de extinsă, încât nu-mi pot imagina nicio clădire în care să încapă și mă aflu într-o stare de iubire Divină,

fără ego. Unii șamani izbucnesc în lacrimi, atunci când cân-tă, datorită iubirii care curge puternic prin inimile lor.

În workshop-urile mele despre călătoria șamanică, îi învăț pe participanți să intre în contact cu propriile lor cântece de putere, pentru a-și facilita unimea cu puterea universului. Ca psihoterapeut, interesul meu în șamanism a fost legat de modul în care se pot utiliza aceste metode vechi, pentru a rezolva problemele timpurilor noastre. Când am început să predau șamanismul, la începutul anilor '80, eram curioasă cum foloseau participanții, tehnicile pe care le-au învățat. Le-am cerut oamenilor să-mi scrie după seminar și să-mi spună în ce feluri folosesc ei tehnicile șamanice, în viața lor de zi cu zi.

Printre scrisorile pe care le-am primit erau și unele de la avocați, care mi-au spus că înainte de un caz dificil în tribunal, obișnuiesc să intre într-o cameră de odihnă să-și cânte cântecul de putere. Ei erau convinși că acest lucru influența procesul, în favoarea pacientului lor.

Ceea ce se întâmpla cu adevărat în aceste cazuri era că, atunci când avocații își cântau cântecele de putere, ei își dădeau egoul deoparte, astfel încât spiritul putea să vină să le dea putere și să schimbe cursul evenimentelor. Ei trăiau o experiență a unimii. Cântecul dizolvă vălul dintre lumi, permițându-i energiei vindecătoare a spiritului sau a spiritelor să ne atingă și să vină prin noi.

Un alt sistem spiritual, în care este folosită puterea sunetelor, poate fi găsit în India. Oamenii de acolo folosesc mantre pentru meditație și pentru vindecare – mantre care invocă conștiința mai înaltă.

„Sunetul este o formă de energie alcătuită din vibrații sau lungimi de undă - anumite lungimi de undă au puterea de a vindeca, altele sunt capabile să spargă sticla. Mantrele sunt silabe sanscrite, cuvinte sau fraze care, repetate în meditație, vor aduce persoana într-o stare mai înaltă de conștiință. Ele sunt sunete sau energii care au existat dintotdeauna în univers și care nu pot fi nici create, nici distruse."[6]

În cartea sa, Incantarea (Chanting), Robert Gass spune că, pe măsură ce incantăm, începem să respirăm din ce în ce mai adânc, mai lent și mai ritmic, producând o stare spirituală și fizică de bine. Rezonanța creată de incantații, în corpul nostru, ne face să ne simțim de parcă am fi masați din interior către exterior. În plus, undele noastre cerebrale sunt modificate, într-un mod care poate fi măsurat – și astfel se produce o stare mai înaltă de relaxare și de creativitate. Tensiunea musculară dispare, iar tensiunea sangvină și pulsul încetinesc, se micșorează.

Din perspectiva gândirii estice, incantarea este o modalitate prin care se eliberează energia stagnantă din fiecare sistem, organ, celulă și acestea sunt umplute cu energie vitală – fie că este numită chi, prana sau kundalini. Astfel, practicarea regulată a incantațiilor creează o stare de sănătate și de bine, care de multă vreme a fost recunoscută în alte societăți și sisteme de vindecare.[7]

Deseori predau seminarii în Europa. Am observat că atunci când mă aflu în țări vorbitoare de limba germană, participanții aleg cântece englezești. Acest lucru mi s-a părut curios, dar inițial nu am pus întrebări. Într-un an predam în Elveția, în timpul solstițiului de vară. Am vrut să fac o scurtă ceremonie cu grupul, pentru a onora schimbarea anotimpu-

lui. Le-am cerut participanților să creeze un cântec scurt, pe care ar putea să-l cânte pentru a onora Pământul. Din nou, oamenii au cântat cântece englezești, pe care le-au învățat de pe o casetă sau din alte seminarii. Până la urmă, am oprit ceremonia și i-am rugat să creeze un cântec nou, pe care nu l-au mai auzit și să-l cânte în propria lor limbă. După cererea mea, nimeni din grup nu a făcut mare lucru. Câteva zile mai târziu, efectuam o ceremonie de vindecare. Sărbătoream succesul vindecărilor care au avut loc, cântând cântece pe care le iubeam. Din nou erau cântate numai cântece englezești. Ceea ce m-a necăjit nu era faptul că nu cântau în germană; experiența poate fi într-adevăr mai puternică și mai eliberatoare, atunci când cineva cântă într-o altă limbă. Ceea ce mă îngrijora era lipsa de spontaneitate și de pasiune. Până la urmă, am întrebat: Unde sunt toate cântecele germane? O femeie a răspuns: „Ele ne-au fost luate în timpul Inchiziției".

Fie că e sau nu adevărat, acest răspuns mi-a dat ceva la care să mă gândesc. Mulți dintre noi ne-am pierdut puterea și propria noastră conexiune cu forțele Divine, atunci când ni s-a spus să nu cântăm, deoarece avem o voce îngrozitoare sau că nu suntem creativi și nu putem scrie un cântec, sau că numai anumite cântece sunt potrivite și frumoase, pentru a fi cântate. Astăzi, mulți oameni se plâng că simt o lipsă de putere în corp și în viața lor. În practica mea spirituală, am descoperit că, prin intonarea oricăruia dintre cântecele mele de putere, nu numai că mă simt mai extinsă, dar primesc și un sentiment concret de putere imensă, pe care o simt ca forță vitală și ca energie care îmi umple corpul. Îmi sfătuiesc pacienții și studenții care se plâng de depresie și de lipsă de forță, să cânte un cântec de putere creat de ei. Funcționează de fiecare dată.

Exerciții

Următorul pas în a trăi experiența uniunii cu creatorul vostru este să compuneți un cântec scurt, pe care să-l cântați atunci când vreți să se întâmple acest lucru. Luați unele cuvinte cheie din povestea voastră și formați cu ele un cântec. Începeți cu niște cuvinte și permiteți-i unei melodii să evolueze din acele cuvinte – o melodie care vă va duce într-o stare de conștiință extinsă. Cred că faptul de a lucra în natură este de ajutor în găsirea unui cântec, deoarece vă pune în contact cu spiritul.

Faceți o plimbare în natură sau stați lângă un copac unde știți că nu veți fi deranjați. Gândiți-vă la cuvintele cheie și la conceptele din povestea voastră a creației și începeți să cântați. Pe măsură ce vă cântați povestea, va apărea un cântec concis și melodios. Continuați să cântați acest cântec, sau să fredonați melodia, până când trăiți cu adevărat dizolvarea egoului și trăți experiența contopirii voastre în unimea cu tot ceea ce e viu și cu creatorul vostru. Eu am găsit că intonarea (incantarea susținută a vocalelor), în care se transformă cântecul meu, are o mare putere de a mă aduce în starea de „os gol pe dinăuntru", permițându-mi să întrupez energia necesară pentru ca transmutarea să aibă loc.

Continuați să lucrați cu acest cântec, până când trăiți cu adevărat Iubirea și esența Divină. Apoi, folosiți cântecul, dar numai atunci când este un moment potrivit, de exemplu pentru meditație spirituală și pentru vindecarea voastră și a altora. Nu încercați să aveți o experiență de unime, în timp ce conduceți mașina. Acesta este un loc unde egoul este necesar. Nu folosiți cântecul, atunci când e nevoie să trăiți cu adevărat experiența spațiului și timpului. A cânta cu o voce

puternică vă va aduce întotdeauna într-un loc al spiritului, care vă permite să trăiți experiența unimii cu sursa.

O altă unealtă eficientă pentru a vă conecta cu puterea universului este dansul. Deși majoritatea suntem familiarizați cu puterea dansului, mulți dintre noi avem probleme, deoarece credem că nu suntem buni dansatori sau că suntem cam stângaci. Astfel de inhibiții vin din tendința noastră generală de a ne compara cu alții, în loc de a ne onora experiențele proprii și de a ne bucura de ele. Faptul că puteți să vă mișcați trupul vă va pune categoric în conexiune cu creatorul, întrucât dansul, ca și cântecul, favorizează experiența expansiunii și a îmbrățișării a tot ce înseamnă viață. Atunci când îi permiteți cu adevărat corpului vostru să se miște fără a fi conștient de sine, rezultatul va fi unimea completă cu Divinul și cu viața. Atunci când dansați, abandonându-vă complet, apare experiența extazului. Extazul reprezintă unimea cu Divinitatea.

În cartea Căderea în Rai – o lucrare de ficțiune care descrie propria mea călătorie spirituală – personajul principal, C. Alexandra, vorbește cu învățătoarea ei spirituală, zeița egipteană Isis, despre puterea dansului de a conecta sinele cu lumea spiritului.

Isis spune: „Pentru ca oamenii să trăiască experiența adevăratei fericiri, trebuie să învețe să se reconecteze cu sursa și cu natura... îți place să dansezi, nu-i așa?"

Aflată în transă de la luminile străzii și de la picăturile de ploaie, i-am răspuns indiferentă: „Da, îmi place. Dar n-am mai dansat de ceva vreme".

„Amintește-ți cât de bine te-ai simțit, când dansai cu un partener."

„Pot să-mi amintesc o astfel de situație."

„Pentru a crea mișcări frumoase de dans, împreună cu un partener, trebuie să fii cu totul angajată în dans. Imaginează-ți ce s-ar întâmpla dacă tot timpul te-ai uita împrejur. la ce fac ceilalți?"

„N-aș fi capabilă să mă conectez cu partenerul meu."

„Exact. Dansul tău cu spiritele pe care le-ai întâlnit este frumos și va continua. Dansul tău pământesc, cu propriul tău suflet și cu natura, poate fi și el frumos. Ceea ce trebuie să înveți este să rămâi implicată în relația cu partenerii, în ritm și în mișcări. Nu-ți face griji despre ce fac alții. În schimb, arată-le cum să-și găsească proprii parteneri de dans, în lumea spiritului și în lumea naturii."[8]

Deși Isis folosește dansul ca o metaforă pentru viață, pentru un moment, să luăm literal ceea ce spune ea. Privit în acest fel, pasajul de mai sus ne poate ajuta să vedem necesitatea de a ne aduce în corp, povestea personală a creației și de a ne permite să participăm pe deplin în experiența dansului, fără a ne judeca talentul sau cum arătăm.

Exerciții

Cântați-vă cântecul sau fredonați melodia mitului creației voastre. În acest timp, permiteți-le mișcărilor care reflectă acest mit să apară. În timp ce dansați povestea vieții și creației voastre, meditați asupra simbolului pe care l-ați creat ca pe o emblemă a poveștii. Finalizați dansul, permițându-vă să vă uniți cu simbolul. Păstrați această poziție cât de mult puteți, unindu-vă cu simbolul vizual, și folosiți-vă corpul

pentru aceasta. Amintiți-vă de intenția inițială, exprimată în introducere, aceea de a deschide ușile dintre realitatea non-ordinară și cea ordinară, astfel încât spiritele pline de compasiune, zeii și zeițele, să poată din nou să vi se alăture pe Pământ, cu scopul de a transmuta.

Cântecul și dansul creează energia care le permite spiritelor să vină prin acea ușă.

Dacă lucrați toate exercițiile de mai sus, ați făcut deja foarte mult. Permiteți-le tuturor acestor experiențe să fie integrate. Continuați cu meditația asupra simbolului, simțind cum folosirea cântecului și a dansului pot facilita experiența de unime cu Divinul, sursa vieții. Cum simțiți aceasta? Cum vă schimbă aceasta viața? Cum vă schimbă acest lucru, percepțiile despre voi înșivă și despre alții? Cum folosiți acest lucru, pentru a vă vindeca pe voi înșivă? Cum folosiți acest lucru, pentru a-i vindeca pe alții? S-a întâmplat vreun miracol, de când ați început acest proces? Notați-vă experiențele. Pe măsură ce atingeți o stare de conștiință mai înaltă, va fi foarte interesant să vă uitați în urmă, la începuturile aventurii voastre cu transmutarea.

Un alt mod de a obține o perspectivă asupra acestui proces este să vă împărtășiți practicile cu prietenii. Împărtășirea în grup a miturilor personale ale creației este iluminatoare și încurajează respectul pentru alte persoane. Șamanii deșertului Mojave, din Arizona, fac acest lucru. O dată pe an, ei se adună și stau treji toată noaptea, împărtășind și cântând diferitele lor mituri ale creației. Când vine dimineața, toți apreciază frumusețea poveștilor. Din nefericire, în cultura noastră deseori ne blocăm în credința că există un singur adevăr și, în consecință, un singur mod de a percepe astfel de lucruri, cum ar fi creația. Totuși, viața este infinit

mai bogată, atunci când putem recunoaște că avem cu toții perspective diferite, care creează, în totalitatea lor, un tablou complex al frumuseții vieții.

PRECUM ÎN INTERIOR, ASEMENEA ȘI ÎN EXTERIOR

Toate tradițiile ezoterice îmbrățișează credința „precum sus asemenea și jos; precum în interior, asemenea și în exterior" – înțelegerea faptului că dacă Dumnezeu a creat omenirea după chipul și asemănarea sa, atunci Dumnezeu trăiește în atât în interiorul, cât și în exteriorul nostru. Astăzi, căutarea lui Dumnezeu în interiorul nostru pare să se accelereze. Cu ani în urmă, am avut un vis în care o voce mi-a transmis următorul mesaj: „În ultimii două mii de ani, omul L-a căutat pe Dumnezeu în afara sa. În următorii două mii de ani, el Îl va căuta pe Dumnezeu în interiorul său."

Viața mea a fost foarte plină de experiențe spirituale. Cele mai multe au venit din practica călătoriei mele șamanice. La începutul activității mele șamanice, m-am hotărât să călătoresc către „Lumină". Întrebarea pe care o aveam pentru ea era: „De ce pot să te simt numai atunci când consum droguri sau când sunt în apropierea morții?" Puteam să percep Iubirea absolut Divină a Luminii, numai când eram într-o situație extremă. Spre surprinderea mea, Lumina mi-a răspuns. Până atunci, singura mea experiență în ceea ce privește Lumina a fost impersonală.

Lumina a răspuns: „Atâta timp cât ai un ego, nu mă poți simți în exteriorul tău. Pentru a mă cunoaște, trebuie să mergi la fel de adânc în interiorul tău, pe cât călătorești în afară, pentru a mă găsi."

Sub influența drogurilor, sau în timpul experiențelor mele de moarte clinică (NDE), am trecut prin moartea ego-

ului. Sfatul profund al Luminii a fost că acum trebuie să călătoresc în interiorul meu, pentru a-L găsi, cu adevărat, pe Dumnezeu. Pentru mine, asta înseamnă să merg în acel loc adânc, nemișcat și tăcut, din interiorul meu. Folosesc cântecul, călătoriile, meditația și practicile de mișcare, cum ar fi yoga și qi gong, pentru a îndeplini această sarcină.

Uneori trebuie să ne extindem în interiorul nostru, pentru a-i permite propriei Divinități să strălucească prin noi.

EXERCIȚII

Pentru a învăța să folosim contactul interior cu Divinul în propria noastră vindecare, pentru început lungiți-vă în tăcere în pat sau pe podea. Puteți pune o muzică ce vă va opri murmurul mintal și vă va ajuta să vă extindeți conștiința. Închideți ochii și meditați asupra unei imagini sau a unui simbol al Divinității cu care ați lucrat. Respirați lent, dar natural.

Permiteți-i respirației să vă ducă mai adânc în experiența voastră. Încercați să simțiți puterea universului, absolutul din interiorul vostru. Atunci când reușiți să simțiți cu adevărat Divinul, Dumnezeul, zeița din interiorul vostru, plasați-vă mâna undeva pe corp, acolo unde simțiți durere. Aceasta ar putea însemna o durere fizică, o durere emoțională în inimă, sau chiar o senzație de frică în plexul solar. Odată cu respirația, lăsați ca sentimentul propriei voastre Divinități să ajungă la mâini, pentru a vă vindeca durerea.

Rămâneți cu această senzație, până când aveți sentimentul că este suficient pentru moment. Apoi, lent, odată cu respirația, începeți să reveniți la o stare obișnuită de conștiență. Relaxați-vă și rămâneți nemișcați, în timp ce deschideți ochii. Acordați-vă ceva timp, pentru a reflecta asupra experienței trăite.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să fiți capabili să vă uniți cu Divinul din voi, precum și cu cel din afara voastră.

Părțile din formula pentru transmutare pe care le-am folosit aici sunt:

Intenție: Trebuie să vă uniți cu Divinitatea, pentru a avea o experiență a unimii.

Iubire: A fi în unime cu absolutul creează adevărata experiență a iubirii Divine. Iubirea vindecă.

Armonie: Pentru a fi în unime cu creatorul, trebuie să vă mișcați în armonie cu voi înșivă și cu restul vieții.

Focalizare: Trebuie să păstrați o focalizare puternică asupra intenției voastre de a experimenta unimea.

Unime: Unimea cu Divinitatea care ne-a creat este cheia principală către transmutare

Concentrare: Cu cât vă puteți concentra mai mult și meditați asupra simbolului personal al puterii universului, cu atât ea se va manifesta mai mult în viața voastră.

Imaginație: Trebuie să fiți capabili să vă imaginați nu numai propriul mit al creației și propriul simbol al Divinității, ci și faptul că aveți capacitatea de a vă manifesta această putere de vindecare în propria viață, în viețile altora și în viața planetei.





SEPARARE VERSUS UNIME

Imaginează-ți că te simți deconectat de tine însuți, de restul vieții și de creatorul tău. Ai pierdut centrul vieții și o parte din tine însuți, în proiecțiile altor oameni și în negativitatea lor.

Cum poți să te întorci la adevărul pe care îl cunoști? Ești una cu creatorul tău, precum și o parte dintr-un întreg mai mare. Respiră adânc de câteva ori, liniștindu-te în interior. Pe măsură ce te liniștești, vizualizează simbolul creatorului tău, inspiră-l și apoi expiră-l înapoi către univers.

Subconștienul tău îți arată că ceea ce gândești este foarte prețios: un sunet, o imagine, un sentiment, un gust, un miros – ceva ce îți atinge sufletul și te ajută să-ți amintești bucuria de a trăi pe Pământ. Îți amintești propria frumusețe. Cânți un cântec care te ajută să intri în armonie cu tine însuți și cu restul vieții. Acest cântec te ajută să-ți liniștești gândurile și te duce într-un loc al puterii și al tăcerii.

Te simți din nou acasă, iarăși conectat. Ai preschimbat necazurile zilnice, într-o stare de pace și armonie. Îți amintești legătura ta mereu prezentă, cu sursa a tot ce înseamnă viață.



SĂ NE REAMINTIM DE CONECTAREA NOASTRĂ

Când o situație interioară
nu este conștientizată,
ea apare sub formă de destin.

CARL JUNG

Ar fi minunat dacă am putea să rămânem întotdeauna într-o stare de extaz, conectați cu Divinitatea. Totuși, deși partea noastră spirituală ar putea să mențină o astfel de stare, partea egotică nu poate. Natura egoului este să se simtă separat. Ne blocăm în noi înșine și trăim sentimentul de izolare. Astfel de sentimente ne fac să ne simțim singuri, nesiguri, înfricoșați sau mânioși. În spatele oricărei mânii se află frica. Toate acestea sunt simptome ale faptului că ne simțim separați de Divinitate și de divinitatea care se află în interiorul fiecăruia dintre noi. Egoismul nostru este cel care ne oprește să ne reamintim cine suntem cu adevărat.

Pentru a accesa calea către transmutare, avem nevoie să fim în legătură atât cu partea noastră de umbră, cât și cu partea noastră spirituală. Avem nevoie să recunoaștem partea noastră de umbră – sentimentele de frică, mânie, invidie, judecare, nesiguranță, singurătate și așa mai departe. Dacă

ne alocăm toată energia către această parte, vom fi devorați de stările noastre egotice. Dacă alegem să ne petrecem viața explorând doar umbra noastră, nu vom obține cunoașterea sufletului, care e hotărâtoare pentru a învăța cum să facem ca, în viețile noastre, să se întâmple miracole. Totuși, și reciproca este adevărată: dacă ne focalizăm numai asupra părții noastre spirituale și nu acordăm atenția necesară lucrurilor întunecate care trăiesc în noi, calea către transmutare va fi, de asemenea, închisă.

După cum a spus înțeleptul indian, Krishnamurti, toate „sertarele" trebuie să fie deschise și inspectate, pentru a înțelege iluzia egoului. Stările egotice sunt iluzorii, deoarece adevărul este că noi nu suntem separați de Divinitate. Orice voci din interiorul nostru, care afirmă vreo opinie diferită, vin de la vocile vechilor personalități care ne-au influențat în trecut și de la credințele iluzorii despre noi înșine.

Explorarea propriei umbre ne ridică gradul în care conștientizăm lucrurile care ne împiedică să ne iubim pe noi înșine și pe alții. Nu poate exista unime fără iubire – și nu poate exista transmutare, fără unime. Astfel, trebuie să fim perseverenți în căutarea oricăror lucruri care ne inhibă iubirea, așa cum este de exemplu frica.

Zeița egipteană Sekhmet îi învață pe oameni despre umbră. Oricând o întâlnesc pe Sekhmet în meditațiile mele, ea îmi spune: „Toată viața e făcută din Lumină". Trebuie să onorăm locurile întunecate din interiorul nostru, fără judecată și să aducem lumină în întuneric, un proces care este o adevărată transmutare. Eu cred că omenia noastră este cea care ne păstrează plini de compasiune. Există tradiții spirituale care ne învață transcenderea tuturor stărilor egotice, dar eu simt că este important și să onorăm natura noastră

umană, în timp ce, simultan, ne amintim cine suntem cu adevărat și faptul că natura egoului este iluzorie.

Stările egotice de suferință ne dau compasiune pentru restul vieții. Este interesant să observăm că șamanii sunt numiți „vindecători răniți", asta însemnând că ei au o rană care niciodată nu se vindecă și care le menține inima deschisă, pentru a înțelege suferințele altora.

Astfel, avem nevoie de compasiune și, în același timp, e important să știm că suferința noastră nu reflectă adevărul a cine suntem, adevărul ființei noastre. Pentru ca transmutarea să se întâmple, trebuie să ne cunoaștem sufletul și legătura cu Divinul. Pe de altă parte, întrucât iubirea este o cheie a transmutării, trebuie să nu trăim într-o stare de aroganță spirituală, ci întotdeauna să menținem compasiunea .

Viața este o practică spirituală constantă. Nu e ca un program de exerciții, în care vedeți rezultate, după ce lucrați de trei ori pe săptămână. Pentru a avea puterea transmutării, trebuie să încercați să fiți în comuniune cu spiritul, 24 de ore pe zi, 7 zile pe săptămână, 365 de zile pe an. Și da, vă puteți chiar distra – aceasta face parte din aventură.

Nu e suficient să vă concentrați pe viața voastră spirituală, doar timp de o oră pe zi, iar în restul zilei să fiți o persoană stresată, mânioasă sau consumată de frică. Abilitatea de a transmuta necesită un angajare totală în conexiunea cu spiritul, dându-i spațiul de care are nevoie pentru a dansa în viața voastră, oricând este nevoie, nu doar la momentele alese de voi. Astfel, veți integra partea spirituală, în viața voastră obișnuită – lucru care creează o deschidere prin care spiritele pot veni și cutreiera din nou Pământul, disipând vălurile dintre lumi.

În timp ce trăim o viață funcțională în societate, nu e posibil să stăm într-o stare de constantă unime cu spiritul. Avem nevoie să ne întoarcem către o stare egotică, în timp ce în culisele minții noastre continuăm să ne amintim conexiunea noastră spirituală.

Când vă îmbarcați într-o practică spirituală a unimii cu Divinitatea, cu restul vieții și cu tot ceea ce este viu, veți vedea că, precum în natură există expansiune și contracție, la fel se întâmplă și în practica spirituală. Există momente când e ușor să simți o conexiune puternică cu spiritul care trăiește în toate lucrurile. În timpul altor perioade, puteți simți frustrare sau mânie, atunci când va fi greu să faceți conexiunea. Când vă aflați într-o experiență completă a unimii, egoul moare. În unime nu există separare. Totuși, egoul se răzvrătește uneori și poate să vă saboteze gândurile și acțiunile. Și nu veți mai simți nici compasiune către semenii voștri. S-ar putea să deveniți sarcastici sau irascibili cu oamenii.

Astfel de reacții sunt naturale. Noi suntem parte a naturii și nu separați de ea. Viața constă din extinderi și contracții. Nu putem fi perfect acordați la Divinitate, tot timpul. Dar vă voi împărtăși unele metode cu care puteți lucra în timpul acestor perioade, pentru a liniști egoul care se simte amenințat. De asemenea, vă voi împărtăși lucruri pe care le puteți face în timpul acestor perioade, pentru a vă reaminti cine sunteți cu adevărat, dincolo de egoul vostru, și pentru a-i da vieții voastre un sens. Amintiți-vă că intenția lucrării noastre este să creăm o deschidere energetică, care să-i permită spiritului și spiritelor să danseze cu noi.

Putem face alegeri în cadrul interacțiunii cu alți oameni și în privința atitudinii cu care ne îmbrățișăm viața. Totuși, deseori funcționăm în mod automat și nu ne oprim ca

să facem alegeri conștiente. De multe ori alegem să reacționăm, în loc să rămânem conștienți. Astfel, este esențial să devenim mai conștienți, în timpul interacțiunilor noastre. Una dintre cheile pentru a face alegerile potrivite este să rămânem conștienți în momentul de acum.

Aceasta nu înseamnă că oamenii nu-și vor proiecta sentimentele de frică și mânie asupra noastră. Dar nu noi suntem responsabili pentru interpretările greșite ale oamenilor, privind acțiunile și cuvintele noastre; putem să ne asumăm responsabilitatea, doar pentru comportamentul nostru.

În multe tradiții spirituale, urmarea unei căi spirituale este asemănată cu mersul pe o muchie de cuțit. Există multe moduri în care poți să cazi, cum ar fi: a vă judeca pe voi sau pe alții, a nu acționa dintr-o stare de armonie, a vă compromite integritatea, a acționa din aroganță spirituală sau din cauză că vă lipsește respectul de sine și pentru tot ce înseamnă viață etc. Sunt sigură că înțelegeți la ce mă refer.

E nevoie de răbdare și de atenție constantă, pentru a merge astfel. Dacă totuși cădeți, este important să vă ridicați din nou pe cale, schimbându-vă dialogul interior și gândurile.

Într-o călătorie șamanică am primit acest mesaj puternic: „Nu uita în întuneric, ceea ce ai învățat în lumină". Materialul care va urma vă va ajuta acest sens.

UNELTE PENTRU A NE REAMINTI DE CONECTARE

Când observăm că reacționăm, în loc de a face alegeri conștiente, de obicei ne-am pierdut centrarea. Unul dintre cele mai puternice moduri de a ne reîntoarce la centru și a rămâne centrat de-a lungul zilei este prin urmărirea respirației. Atunci când reacționăm violent, sau ne pierdem centrarea sau concentrarea, respirația devine superficială.

Respirația lentă și profundă, pe tot parcursul zilei, este un mod de a ne păstra puternică legătură spirituală cu Divinitatea. După Ron Roth, religiile și-au petrecut mult timp pentru a înțelege conceptul de respirație în dimensiunea spirituală, întrucât ei văd spiritul ca pe respirația lui Dumnezeu. În Geneză, suflarea creativă a lui Dumnezeu este cea care generează viața. Mai târziu, respirația e descrisă ca Sfântul Duh. Sfântul Pavel a spus că suflarea lui Dumnezeu este cea care L-a înviat pe Iisus din moarte. Aceeași suflare este în fiecare dintre noi și poate să ne facă trupurile sănătoase și congruente cu spiritul și cu sufletul nostru. [1]

Robert Gass ne arată că atunci când căutăm rădăcina cuvintelor suflare și suflet, putem vedea cum ambele cuvinte sunt interconectate. Cuvântul grecesc pentru „suflet" psyche, care vine din rădăcina psychein, înseamnă „a respira". În ebraică, pentru „respirație" avem cuvântul ruach, care înseamnă „spirit". În latină, cuvântul pentru „suflet" este anima, iar pentru „spirit" este animus și ambele derivă din anemos, care înseamnă „vânt". Maestrul Zen Thich Nhat Hanh spune că respirația este „podul care leagă viața de conștiință". [2]

Pentru ca, în timpul zilei, să obțineți o mai mare conștientizare a conexiunii cu Divinul, încercați să observați cum se schimbă felul în care respirați, pe măsură ce starea voastră mentală și emoțională se schimbă – de exemplu, dacă simțiți frică sau vă pierdeți centrarea interioară, atunci cineva sau ceva vă supără.

Următoarele capitole includ și alte unelte care să vă ajute să rămâneți conștienți în timpul interacțiunilor cu alții și ca să vă schimbați atitudinea față de viață. Pe măsură ce lucrați, lăsați intuiția să vă ghideze astfel încât să cunoașteți adevărul care reiese din aceste exerciții. Adânc în lăuntrul

vostru, voi știți adevărul. Dacă aveți nevoie de un exercițiu care să vă ajute să intrați în legătură cu această cunoaștere, îl veți găsi în Anexă.

Din nefericire, nu ne oferim de multe ori timp suficient ca să intrăm în interiorul nostru, pentru a distinge între adevăr și sporovăiala minții. În schimb, deseori ne pierdem în nesiguranțele și fricile noastre, sau ne lăsăm influențați de proiecțiile altor oameni. În consecință, trebuie să învățăm cum să devenim centrați și cum să rămânem în interiorul ființei noastre. După ce trecem prin schimbări interioare, vom observa că și schimbările externe se vor manifesta în viețile noastre. Armonia interioară creează armonie exterioară.

Atunci când ne deschidem către cunoașterea intuitivă, vedem că în viețile noastre încep să se întâmple schimbări profunde, atunci când ne așteptăm mai puțin. Dacă nu încercăm să schimbăm lucrurile, deseori suntem luați prin surprindere, atunci când schimbările se întâmplă de la sine.

Albert Einstein a spus că în momentul în care îți urmezi intuiția, „soluțiile vin la tine, fără ca tu să știi cum sau de ce".





SĂ NE REAMINTIM FRUMUSEȚEA

O revelație des întâlnită, pe care o povestesc oamenii pe patul de moarte, este cât de prețioasă este viața. Prin contrast, un regret obișnuit al celor care s-au aflat în preajma morții este că își doresc să fi prețuit mai deplin viața. Totuși, nu trebuie să fim cu adevărat pe punctul de a muri, pentru a avea această revelație. Zilnic putem învăța cum să ne prețuim viețile. Pentru ca transmutarea să aibă loc, avem nevoie de o adâncă prețuire pentru viață, pe lângă o poveste personală a creației.

Exerciții

Chemați în minte imagini, senzații, sunete, mirosuri și gusturi care invocă sentimentul că viața este prețioasă. Iată câteva exemple:

O floare frumoasă a cărei culoare, miros, frumusețe vă umplu de venerație pentru viață.

Zâmbetul unui copil

Prezența jucăușă a unui pisoi sau a unui cățel, sau a unui alt pui de animal.

O cascadă.

Magia unei libelule sau a albinelor în zbor.

O furnică ce duce în spate de zece ori propria ei greutate.

Un copac miraculos, care crește din stâncă.
Mirosul mâncării voastre favorite, atunci când e pe foc.
Sunetul și mirosul ploii.
Gustul a ceva dulce sau savuros.

Gândiți-vă și la alte lucruri personale, care vă fac să vă reamintiți cât de prețioasă este viața. Concentrați-vă asupra unora dintre aceste gânduri, atunci când vă pierdeți centrarea. De exemplu, deveniți conștienți de ele, atunci când simțiți că sunteți plini de mânie sau când puneți la îndoială înțelesul vieții.

Dacă vă acordați doar o secundă, pentru a vă aduce în conștiință o imagine, un sentiment, un sunet, miros sau gust, acest lucru va schimba imediat starea în care vă aflați. Poate că nu veți fi chiar în extaz, dar vă veți afla într-o mai mare armonie cu viața.

SĂ NE REAMINTIM ADEVĂRATA NATURĂ A SUFLETULUI NOSTRU

În workshop-uri sunt deseori întrebată care este diferența dintre suflet și spirit. Este imposibil să enunț o diferență definitivă și să proclam un singur adevăr asupra unui subiect atât de complex. Școlile filozofice l-au dezbătut timp de milenii. Eu pot doar să relatez ceea ce este adevărat pentru mine. Din punctul meu de vedere, spiritul este acea parte din mine însămi, care nu poate fi rănită niciodată. El este imaginea exactă a Divinului; este perfect, nu are nevoie să evolueze, nu are nevoie să fie vindecat. Spiritul meu trăiește în mine, într-o stare de perfecțiune totală și va exista și după ce corpul meu va înceta să existe. El știe cum să creeze la fel ca Dumnezeu; el știe cum să vindece. El este doar esență Divină. Sarcina mea e să învăț, printr-o practică spirituală continuă, cum să-l găs-

esc în interiorul meu și să-i accesez cunoașterea inerentă. Aceasta este partea din mine care trebuie să fie revelată, pentru a se realiza transmutarea bolilor și toxinelor.

Pe de altă parte, sufletul meu este acea esență care a venit în lume ca să crească și să evolueze. Sufletul meu a venit pentru a trăi aventuri. Sufletul va supraviețui după moartea corpului meu, pentru a întâlni noi lecții și oportunități, atunci când va renaște din nou în lume.

Deși există diferite teorii spirituale care nu vor fi de acord cu definițiile mele, lucrul important este că am găsit un mod de a înțelege care parte din mine a fost făcută după chipul și asemănarea creatorului și care parte din mine evoluează permanent.

După ce am predat și am lucrat pentru recuperarea sufletului, vreme de ani întregi, un alt aspect al acestei lucrări a început să se contureze. În recuperarea sufletului, găsesc acea parte din esența unei persoane, care a părăsit trupul ca rezultat al unei traume. În majoritatea culturilor șamanice din toată lumea, se crede că, atunci când suferim o traumă emoțională sau fizică, o parte a sufletului nostru, a esenței noastre părăsește trupul, pentru a-i supraviețui experienței. Termenul psihologic pentru acest fenomen este disociere. În psihologie nu se vorbește despre ce anume se disociază, sau unde se duce acea parte, ci numai despre acest proces.

De mii de ani, șamanii au înțeles că această parte din sufletul nostru zboară către lumile invizibile din realitatea non-ordinară. În prima mea carte, Recuperarea sufletului: repararea eului fragmentat, descriu acest proces în profunzime. Pe scurt, pierderea unor părți de suflet este un mecanism de supraviețuire. Este modul în care psihicul nostru supraviețuiește durerii. De exemplu, dacă ar fi să mă aflu într-o mașină care

urmează să se izbească de alta, ultimul loc în care aș dori să mă aflu în momentul impactului ar fi corpul meu, deoarece sufletul meu nu ar putea suporta acel gen de durere.

Evenimentele care pot cauza pierderea unor părți de suflet sunt abuzul fizic, emoțional și sexual; operațiile chirurgicale; accidentele; stresul din vreme de război; trecerea printr-un dezastru cum ar fi un uragan, incendiu sau cutremur; dependențele; moartea unei persoane iubite sau divorțul. De fapt, orice eveniment care produce un șoc, poate duce la pierderea unor părți de suflet.

Prin munca mea cu recuperare a sufletului, am devenit conștientă de importanța cunoașterii motivului pentru care un suflet a venit în această lume. Peste tot în lume, i-am învățat pe oameni să facă recuperarea sufletului și am avut peste o mie de pacienți, când munca mea s-a îndreptat într-o nouă direcție. Practic, în timp ce mă aflam în călătorie șamanică și mi se arăta ce a parte a pierdut pacientul, mi s-a arătat și motivul pentru care a venit sufletul lui în această lume – adevărata esență a sufletului său și scopul lui în viață, despre care el uitase. În continuare, mi se arătau darurile, talentele, puterile pe care persoana respectivă le-a adus în lume, pentru a le materializa în viața actuală. Aceasta am numit-o reamintirea sufletului, în loc de recuperarea sufletului.

Toate acestea mi-au fost revelate de către spiritele mele ajutătoare, în forma unui simbol pe care puteam să-l aduc înapoi, împreună cu părțile pierdute de suflet pe care le-am găsit. Puteam să desenez sau să pictez acest simbol pentru pacient, astfel încât persoana putea să mediteze asupra lui de-a lungul zilei, așa cum am descris mai devreme, atunci când am vorbit despre a lucra cu puterea și potențialul simbolurilor.

Când am scris cartea Welcome home (Bine ai venit acasă) și am inclus acolo o secțiune asupra reamintirii sufletului, nu aveam idee cât de importantă va deveni această lucrare pentru mine. La început, lucram doar ocazional o reamintire a sufletului – dar, pe măsură ce munca mea cu recuperarea sufletului a continuat, reamintirea sufletului a început să predomine.

O altă schimbare în cadrul muncii mele șamanice s-a produs ca urmare a nevoii de adaptare la modern. Cred că unul dintre motivele pentru care practica șamanismului a supraviețuit cel puțin 40.000 de ani este acela că spiritele pline de compasiune fac să evolueze munca de vindecare, în funcție de nevoile, în schimbare, ale oamenilor.

Am aflat că într-o cultură sofisticată din punct de vedere psihologic, cum este a noastră, există consecințe specifice ale unei recuperări de suflet. Oamenii deveneau implicați psihologic în detaliile pierderii unor părți de suflet, în loc să îmbrățișeze vindecarea oferită prin reîntoarcerea esenței pierdute. Acesta este scopul real a unei recuperări de suflet – mai degrabă decât să rămâi pierdut în povestea traumei inițiale.

Totuși, spiritele mele ajutătoare au remediat această problemă, arătându-mi mai puțin despre cauza pierderii părților de suflet și mai mult despre darurile care erau readuse la pacient. De asemenea, ele au început să-mi arate esența originală, adevărată a pacientului, pe care aceasta o uitase. Eu am format un grup cu cei care au studiat cu mine, întrucât suntem cu toții pionieri în reintroducerea acestei tehnici antice. Am observat uimită că, exact în același timp în care a evoluat lucrarea mea, la fel s-a întâmplat și cu munca colegilor practicanți. Ceea ce m-a învățat aceasta a fost că spiritele vor schimba lucrarea, pentru a se potrivi nevoilor oamenilor.

Care sunt lucrurile de care avem nevoie acum, în cultura noastră? Oare avem nevoie să mergem din nou și din nou la ceea ce ni s-a întâmplat? Da, bineînțeles, dacă nu ne-am uitat niciodată la trecutul nostru. Dar pentru cei care au trecut din nou și din nou prin aceeași poveste, nu cumva este timpul să meargă mai departe?

Cu toții avem nevoie de inspirație. Avem nevoie ca focul nostru interior să se reaprindă și să ne reînnoim pasiunea pentru viață. Un mod minunat de a primi o astfel de inspirație este să învățăm de ce sufletul nostru a decis, inițial, să se nască în această lume. Putem să abordăm aceasta, punându-ne întrebări cum ar fi: care este natura sufletului nostru? Care sunt darurile, talentele, puterile pe care am venit să le manifestăm în această viață, în această lume? Cine eram noi, înainte să ne spună alții cine suntem?

Nevoia de a înțelege menirea originară a sufletului nostru este importantă, deoarece, în cultura actuală, adevărata noastră misiune este deseori eclipsată. Deseori ne definim pe noi înșine, prin ceea ce proiectează alți oameni asupra noastră. Ni se spune de către familii, învățători și persoane cu autoritate, cine trebuie să fim și la ce suntem buni. După aceea, suntem iubiți mai degrabă pentru ceea ce facem, decât pentru ceea ce suntem. Astfel, esența noastră originară ajunge să fie îngropată adânc în interiorul nostru și pierdem contactul cu cine suntem cu adevărat – situație care provoacă depresie și lipsa bucuriei de a trăi, împreună cu multe alte consecințe.

O exemplificare a consecințelor acestui fapt este povestea următoare. Un bărbat a venit ca să lucrez cu el vindecare șamanică. Când a intrat în biroul meu, am fost izbită de incredibila putere a prezenței lui. Nu am vorbit mult, întrucât dorea doar ca eu să călătoresc pentru el, fără să-mi

dea niciun fel de informație – o metodă pe care, de fapt, și eu o prefer. Întrucât, în vindecarea șamanică, spiritele ajutătoare sunt cele care lucrează, nu eu, ele decid ce e nevoie, astfel încât cel mai bine este să primești numele pacientului, să-l spui spiritelor și să rămâi deschis față de ceea ce se întâmplă. În acest caz, am călătorit către casa animalului meu de putere. El mi-a explicat că acest bărbat are nevoie de o reamintire a sufletului. Mai departe, mi-a spus că acest om, atunci când a venit pe lume, a avut menirea de a scoate la lumină energia divinului feminin și de a vindeca, prin simpla sa prezență.

M-am gândit la povestea budistă a persoanei care schimbă lumea, stând sub un copac. Nu întotdeauna trebuie să fim activi în exterior, pentru a schimba lumea; putem să facem aceasta, prin introspecție și meditație.

I-am spus animalului meu de putere că, întrucât pacientul meu era atât de evident bărbat, nu pot să mă duc înapoi la el și să suflu în corpul lui, principiul divin feminin al vindecării și al schimbării lumii, prin simpla prezență. Totuși, animalul meu de putere a insistat să-i urmez instrucțiunile. În consecință, m-am întors, suflând în acest bărbat un simbol care mi-a fost arătat – cel al energiei feminine pure – și i-am dat informația pe care am primit-o. Uimit de ceea ce mi s-a arătat, pacientul mi-a povestit viața lui. Pe când era copil, puterea prezenței sale i-a fost recunoscută de familie și de către învățători și, ca rezultat, a fost împins să devină foarte activ în lume și să-și manifeste energia sa dinamică masculină. Abilitățile sale de conducere au fost șlefuite și, mai târziu, a fost îndrumat să se înscrie la o facultate de drept, după care să intre în politică. Totuși, dorința sufletului său era să schimbe și să vindece lumea, stând sub un co-

pac. Animalul meu de putere îmi arătase adevărata natură a pacientului, pe care persoanele din jurul său o acoperiseră cu propriile lor proiecții pentru el.

În cartea Căderea în Rai, folosesc metafora sculpturii, pentru a descrie cum te simți când îți uiți adevărata esență. Descriu cum proiecțiile, atitudinile, credințele, judecățile și sentimentele puse asupra mea de către familie, persoanele importante, prietenii și străinii, sunt ca lutul care este pus peste o sculptură. După puțină vreme, figurina formată de către ceilalți nu mai conține adevărul a cine ești cu adevărat. Pe măsură ce lutul se întărește, simți o tensiune nenaturală și te simți apăsat de greutatea regulilor societății, a proiecțiilor aruncate de către alții și a sentimentelor negative din lumea din jurul tău. Stresul la care mă supun creează o deschidere prin care boala emoțională și fizică poate intra.

În următoarea secțiune vom vedea că, dacă ne păstrăm entuziasmul, putem ține boala departe de noi. Acum, însă, trebuie să ne amintim cine suntem cu adevărat. Tristul adevăr este că, atunci când te afli într-o stare obișnuită de conștiință, nu vezi cu adevărat cine ești. Prin natura lor, egoul și mintea proiectează o imagine lipsită de acuratețe asupra altora – imagine care mai degrabă reflectă propriile nevoi, stări emoționale sau credințe. Proiectăm asupra altora ceea ce noi dorim să vedem, mai degrabă decât ceea ce este adevărat. Absolutul, spiritele pline de compasiune și noi înșine suntem singurele ființe care pot vedea cum suntem cu adevărat. Absolutul și spiritele pline de compasiune cunosc deja adevărata voastră natură. Munca pe care o aveți de făcut este să descoperiți personal natura adevăratei voastre esențe.

După John Anthony West, care scrie și ține prelegeri despre Egiptul Antic, scopul vieții la egiptenii antici era trans-

formarea sufletului. Cea mai importantă era evoluția de la „ființele materiale care suntem prin naștere, la ființele spirituale care suntem prin dreptul nostru din naștere". Doctrinele egiptene, templele lor, mormintele și tot ceea ce făceau ei aveau doar acest unic scop.[2]

Oamenii sunt atât de deconectați de frumusețea și de esența lor, încât realitatea lor este mereu acoperită de nori. Trebuie să vă onorați pe voi înșivă și propria voastră frumusețe, înainte de a o putea vedea, cu adevărat, pe Pământ. Imediat ce puteți face asta, vălurile iluziei încep să se ridice și puteți vedea din nou, perfecțiunea din toate lucrurile.

Exerciții.

Încercați să descoperiți care e contractul vostru de dinainte de naștere. Care sunt darurile, talentele, puterile pe care ați venit să le manifestați în această lume? Care este natura adevăratei voastre esențe? Cine sunteți, dincolo de ceea ce vi s-a spus de către alții? Cine sunteți, dincolo de ceea ce societatea proiectează asupra voastră?

Dacă aveți deja propria practică spirituală, prin care puteți să obțineți informații pentru voi, prin divinație, meditați sau călătoriți cu aceste întrebări. Dacă nu aveți un mod de a primi informații, iată câteva sugestii, despre cum le puteți accesa:

- Înainte de a merge la culcare, cereți un vis care să vă reveleze aceste informații. Visarea este un mod minunat de a ne conecta la propria noastră cunoaștere intuitivă. Atunci când cereți un vis, e posibil să fiți perseverenți – s-ar putea ca visul cerut să nu vină din prima noapte.

- Faceți o plimbare în natură; alegeți un loc cu care sunteți deja familiarizați, astfel încât să nu pierdeți timp ui-

tându-vă la peisaj, pentru a intra într-o stare de meditație. Înainte de a începe plimbarea, stabiliți-vă intenția de a vi se arăta adevărata voastră esență. Prin propria cunoaștere intuitivă, observați ce vine la voi. Observați dacă primiți o imagine, dacă aveți un sentiment care vă arată această informație, sau dacă primiți o revelație directă, prin cuvinte.

- Puteți să meditați și acasă. Stați lungiți sau așezați într-o poziție confortabilă. Puneți o muzică care să vă aducă într-o stare de conștiință extinsă. Una dintre piesele muzicale pe care le folosesc eu este Canonul în Do Major de Pachelbel. Cu ani în urmă, a fost descoperit faptul că această piesă muzicală ajută la învățarea accelerată, prin inducerea unei stări profund meditative a conștiinței. Există multe pasaje muzicale care pot face acest lucru. Găsiți muzica potrivită pentru voi. În timp ce o ascultați, permiteți-i trupului vostru să se relaxeze. Păstrați în minte întrebarea la care v-ar plăcea să primiți răspuns. Nu vă gândiți la ea, ci doar păstrați-o. Permiteți-vă să intrați într-o stare adânc meditativă. Fiți pregătiți să primiți un răspuns. Răspunsul poate lua multe forme: puteți vedea o imagine sau auzi cuvinte, puteți simți senzații în corp sau simți o combinație din acestea. Dacă reușiți să vă relaxați, în timp ce păstrați în minte această întrebare, vor veni unele răspunsuri. Dacă se întâmplă să auziți vocea unei persoane importante din trecutul vostru, atunci nu vă aflați într-o stare meditativă suficient de profundă. Încercați să treceți dincolo de toată flecăreala mentală și de toate vocile negative, recunoscându-le și ignorându-le. A vă lupta cu aceste voci, ar fi ca și când ai arunca gaz pe foc – asta le-ar face mai puternice.

- De asemenea, puteți să încercați scrierea automată sau să desenați. Așezați-vă și scrieți-vă întrebarea, pe o bu-

cață de hârtie. Apoi, priviți ce vine. Din nou, o muzică ce vă extinde conștiința, vă va ajuta în acest proces.

Dacă nu ați primit și un simbol, împreună cu informația, încercați să găsiți unul. Puteți folosi aceleași moduri de a accesa informația, descrise mai sus, sau pur și simplu vă puteți imagina un simbol care să reprezinte cunoașterea pe care ați primit-o.

Desenați sau pictați imaginea acestui simbol, apoi puneți-l într-un loc în care îl puteți vedea tot timpul. Lăsați simbolul să-i vorbească psihicului vostru și să vă umple ființa.

De-a lungul anilor de lucru cu acest proces, în viața mea a apărut o gamă variată de simboluri pline de înțeles. Deja am descris pictura simbolică a Luminii, pe care o folosesc pentru a-mi reaminti de forțele Divine din interiorul meu și din jurul meu. Steaua cu cinci colturi este un alt simbol care mă ajută să-mi reamintesc adevărul despre cine sunt cu adevărat. Beau apă dintr-un pahar decorat cu stele și am pus acest simbol în mai multe locuri din casa mea. Apoi a ieșit la iveală imaginea unui trandafir, pentru a descrie un alt aspect al ființei mele. Nu numai că păstrez trandafiri în jurul meu, dar cumpăr și ulei de trandafir, ca să pot lua cu mine mirosul adevăratei mele ființe.

Faptul că sunt înconjurată de aceste imagini și obiecte diferite mă ajută constant să-mi amintesc de adevărata mea esență – în mod special în momentele în care mă pierd în așteptările și proiecțiile din lumea exterioară. Mă înconjor cu portrete care îmi reflectă adevărul ființei mele autentice.

Atunci când vă simțiți deconectați de sursa voastră și de alții, concentrați-vă asupra simbolului personal și amintiți-vă cine sunteți cu adevărat. Acest proces vă va reconecta cu voi înșivă și cu lumea din jur și vă va da putere, atun-

ci când vă simțiți secătuiți din cauza oamenilor sau a evenimentelor din viața zilnică.

MOTIVARE ȘI ENTUZIASM

Viața fără motivare duce la disperare. O viață lipsită de entuziasm creează boală, în timp ce entuziasmul creează vitalitate. O viață fără entuziasm, nu este vitală. În cartea mea, Welcome Home (Bine ai venit acasă), am discutat despre o lucrare de vindecare spirituală, cu o femeie care avea SIDA. Voi recapitula, pe scurt, acel studiu de caz, întrucât mesajul pe care l-am primit lucrând cu ea a fost cea mai profundă învățătură pe care am primit-o despre natura bolii.

SIDA a fost a treia boală care amenința viața pacientei mele. Când a fost copil, ea a avut boala lui Hodgkin; ca tânără adultă, a avut un parazit rar al creierului; iar ca femeie trecută de 30 de ani a contractat virusul care cauzează SIDA.

Am efectuat o recuperare a sufletului pentru ea. Călătoria șamanică era foarte puternică și însuflețită. Spiritele mi-au arătat o scenă de desen animat, pentru a-mi spune ce era de spus. Am avut imaginea unui cartier din suburbii, în care absolut totul era plin de bucurie de a trăi. Soarele, de un galben strălucitor, lumina Pământul. Casele aveau toate fețe zâmbitoare și se balansau înainte și înapoi, pline de bucurie, în dansul lor pământean. Păsările cântau. Mașinile parcate pe străzi râdeau și dansau. Culorile erau suprarealist de luminoase.

Pacienta mea, care avea trei ani, a ajuns în această scenă, pe o tricicletă. Ea pedala la vale pe stradă, fără niciun fel de trăire pe față. Se uita pur și simplu, fără niciun entuziasm, într-o parte și în alta, pe măsură ce pedala.

În cele din urmă, animalul meu de putere mi-a împărtășit acest mesaj auditiv: „Cauza bolii ei a fost apatia, iar lea-

cul a fost entuziasmul. Lecția ei în această viață a fost legată de ceea ce s-a întâmplat, atunci când o altă formă de viață din corpul ei a avut mai multă pasiune de a trăi, decât ea. Acea formă de viață a luat conducerea."

Deși pacienta mea a murit până la urmă, ea mi-a lăsat un mesaj incredibil, pentru a-l împărtăși cu lumea. Asta, deoarece noi nu ne trăim viețile cu entuziasm, motivare și creativitate. De fapt, chiar din școală suntem învățați să nu ieșim în evidență sau să nu producem necazuri, fiindcă în lume sunt doar câteva genii creative – altele decât noi. Vă sună familiar?

Oare, nu cumva am devenit mai puțin vii, pe măsură ce ne-am integrat în societate? Oare aceasta nu ne face vulnerabili în fața bacteriilor și virușilor, care au entuziasm și doresc să trăiască mai mult decât noi?

O parte a aventurii noastre în procesul de transmutare este aceea de a aduce înapoi în viețile noastre, motivarea și entuziasmul. Nu există nicio cale de a efectua miracolul transformării bolilor și toxinelor, fără o voință puternică: nu e suficient să trăim, trebuie să trăim cu pasiune.

Într-o noapte, în timpul unui workshop în munții din Santa Cruz, am făcut o lungă plimbare după cină și m-am uitat în sus, la cerul nopții. De zile întregi ploua, iar aceea a fost prima noapte în care se puteau vedea stelele. Întrucât eu locuiesc în New Mexico, acolo unde stelele te uluiesc prin multitudinea lor, acum a trebuit să le caut. În final, am văzut o stea singuratică. În acel moment, mi-am dat seama de ceva. Când un grup de oameni sunt adunați afară, noaptea, nimeni nu pare să fie prea entuziast când strălucesc doar câteva stele. Dar atunci când cerul este luminat de milioane de stele, exaltarea este electrizantă. Observând aceas-

ta, m-am întrebat de ce credem noi că pe Pământ nu sunt decât câteva „stele" care strălucesc, doar câțiva indivizi care excelează? Oare nu suntem noi, cu toții, o reflexie a luminii pe care o vedem pe cerul nopții? Oare a spus cineva vreodată: „Aș dori ca unele dintre stele să nu mai strălucească atât de puternic?" Nu cumva suntem cu atât mai exaltați, cu cât strălucesc mai multe stele, simultan? Atunci când erați copii, v-a spus cineva să nu străluciți atât de puternic, să nu atrageți atât de multă atenție asupra voastră înșivă? Atunci când nu cunoaștem propria noastră strălucire, dansul nostru pe Pământ se reduce la nesiguranță. Aceasta poate fi exprimată în competitivitate, sentimente de alienare, singurătate.

Oare nu ar fi minunat dacă am lua cu toții decizia de a acționa astfel încât să aprindem Lumina din interiorul nostru, pentru a străluci pe cât de tare se poate? Puteți să vă imaginați frumusețea care ar străluci aici, pe Pământ și care ar fi reflectată înapoi, către ceruri? Este în regulă să strălucim, cât de puternic se poate. Este dreptul nostru din naștere să ne exprimăm pe deplin sufletele, deși e nevoie să ne cercetăm sufletul, pentru a afla cum putem să manifestăm, cu adevărat, esența pe care am adus-o în această lume. Putem începe prin a medita asupra acestei întrebări: Ce anume ar readuce în viața mea, entuziasmul și motivarea?

În Noul Testament – în special în Predica de pe munte – Iisus îi impulsionează pe cei care Îl ascultă „să fie sarea pământului și să nu-și ascundă Lumina sub obroc". (Matei, 5:13-20). Jennifer Rike, preoteasă presbiteriană, a vorbit despre strălucirea Luminii în viețile noastre, într-una dintre predicile sale. Ea spune că Iisus ne îndeamnă să fim servitorii buni și credincioși ai lui Dumnezeu, prin faptul că ne aducem Lumina în lume. Trebuie să strălucim, chiar dacă aceasta în-

seamnă să fim neînțeleși și persecutați. Trebuie să manifestăm grația pe care am primit-o, indiferent cât ne costă. Aceasta înseamnă să ne manifestăm Lumina într-un mod natural și care nu ne transformă în ceva ce nu suntem. Nu trebuie să căutăm un loc anume în care să strălucim, ci doar să exprimăm Lumina și Iubirea, care există întotdeauna în noi.[3]

Un alt aspect al faptului că ne-am găsit entuziasmul și motivarea este ceea ce Jack Schwarz numește a dobândi și menține radianța. El spune că dacă reușim să menținem un câmp de energie, suficient de înalt, în jurul nostru, boala nu ne va afecta.[4] El ne sfătuiește să primim bucuria și iubirea din viață în fiecare zi și să acceptăm schimbarea, ca pe o provocare interesantă. Atunci când refuzăm să mai trăim într-o stare de frică și de anxietate, atunci când nu ne mai apărăm împotriva inamicilor și bolilor, când ne înconjurăm cu energie extinsă și radiantă, putem rezona unii cu alții, într-o stare plină de sănătate și putere spirituală.[5]

Schwarz ne reamintește că puterea de a vindeca este în noi înșine, în ființa, în spiritul și în energia noastră. El își împărtășește experiența pe care a trăit-o când a fost pe câmpul de bătălie, în timpul celui de al doilea Război Mondial. Mulți oameni au fost împușcați și nu au simțit vreo durere. În 1940, un spital din Rotterdam a fost bombardat și distrus în mare parte. În timp ce tavanul cădea și geamurile se spărgeau, unii dintre pacienții care erau țintuiți la pat, timp de 10-15 ani, au sărit brusc în picioare, și-au tras perfuziile din vene și au alergat desculți, peste sticla spartă și prin flăcări, ca să se salveze. Chiar și hainele l-au rămas neatinse. Ei au demonstrat capacitatea noastră de autovindecare – capacitate pe care o avem cu toții.[6]

Atunci când ne menținem energia, radianța și sănătatea, putem să-i ajutăm pe cei care se află lângă noi. Unora le lipsește, însă, cunoașterea și experiența de a se regenera pe ei înșiși. Schwarz folosește metafora conform căreia cineva se simte ca și cum ar fi blocați în Sahara. Cei care ne-am menținut energia putem fi considerați ca niște „baterii cosmice" și putem să acționăm ca niște cabluri de alimentare. Nu puteți să le dați altora energie, dar cu propria voastră energie înaltă puteți activa energia lor scăzută. În acest fel, ei se pot regenera pe ei înșiși – iar aceasta este adevărata artă a vindecării.[7]

În prezent, cu toți avem nevoie de inspirație. Toți avem nevoie să găsim propria noastră lumină și să știm că este în regulă să o răspândim în lume. Trebuie să plantăm semințele iubirii și speranței, în timp ce găsim motivarea și entuziasmul și să radiem esența noastră în lume. Nu numai că ne vom vindeca pe noi înșine, dar îi vom inspira și pe cei care au nevoie.

De-a lungul anilor, am întâlnit cinci oameni care inițial aveau SIDA, dar care mai târziu au primit rezultate negative la testul HIV. I-am chestionat, încercând să identific un fir comun în vindecările lor. Am descoperit că ei aveau în comun atât credința nezdruncinată că viitorul lor va fi pozitiv, cât și capacitatea de a-și imagina un astfel de viitor.

I-am văzut, de asemenea, pe proprii mei părinți care, în timp ce se luptau cu slăbiciunile, foloseau aceeași atitudine pozitivă. Acum au 85 de ani, iar viața nu mai e ușoară pentru ei, dar au o incredibilă voință de a trăi. Întotdeauna când vorbim la telefon, conversația este dominată de ceea ce părinții mei abia așteaptă să se întâmple – lucruri simple, nu scopuri în viață. De exemplu, vorbesc despre un prieten sau despre un film pe care urmează să-l vadă, sau despre o

scurtă călătorie pe care o plănuiesc – pur și simplu, ceva cu ajutorul căruia să poată privi în viitor, ceva ce să aștepte, diferit de a sta în casă, uitându-se la pereți. Mi-am dat seama că aceasta este o unealtă importantă, în efortul de a nu se lăsa copleșiți de problemele vârstei înaintate.

Nu încerc să simplific prea mult procesul de vindecare, dar a avea viziunea unui viitor pozitiv pare să fie un factor cheie în transmutare și vindecare. Pentru a transforma problemele din viețile noastre, trebuie să știm că există un viitor bun, pe care putem să-l trăim. Totuși, asta nu înseamnă că trebuie să trăim în viitor. Toate tradițiile spirituale ne învață importanța trăirii în prezent și ar trebui să ne amintim că viitorul nostru este creat în prezent. Un maestru m-a sfătuit cândva „să privesc numai până acolo unde luminează farurile". Conducătorul auto care încearcă să vadă dincolo de locul pe care îl luminează farurile este în pericol să iasă de pe șosea.

Am o învățătoare spirituală, care îmi reamintește mereu că viața e o aventură și că e necesar să mă opresc din a lua totul atât de în serios. Când mi-a spus prima dată acest lucru, i-am cerut să comenteze unele catastrofe care ar fi putut să mi se întâmple. După aceea i-am revelat cea mai mare frică a mea: „Dar dacă ajung o persoană fără adăpost, pe străzile din New York?", ea a privit, pentru un moment, ca de departe, apoi s-a uitat intens și, cu o licărire în ochi, mi-a spus: „Ce aventură uimitoare ar fi asta!" La început, replica m-a șocat, dar după ce am analizat cu atenție răspunsul, i-am înțeles punctul de vedere: ce experiență de viață incredibilă ar fi aceea.

Viața ne este dată pentru a fi trăită din plin. Fiecare experiență poate fi plină de oportunități și ne poate aduce mari învățături. Dacă ne luăm angajamentul de a experimen-

ta viața din plin și de a trăi cu entuziasm și motivare, lumina pe care o reflectăm va crea, în mod natural, energia transmutării. Astfel durerea, mânia și frica pot fi transmutate în minunare, exaltare și bucurie. Din acest punct de vedere, suntem cu toții genii creative.

EXERCIȚII

Deseori, atunci când îi întreb pe oameni ce anume le-ar aduce entuziasmul și motivarea înapoi în viață, răspund cu o privire goală sau cu o grimasă. Majoritatea nu știe de unde să înceapă. Dar imediat ce încep să-și imagineze opțiuni, de multe ori apare o nouă provocare: țelurile lor sunt atât de ambițioase și copleșitoare, încât nu există niciun mod de a le putea realiza. În consecință, deseori ei devin paralizați de viziunea lor – în loc să-i inspire și să le dea putere.

Atunci când căutați ceea ce v-ar putea aduce entuziasmul și motivarea în viață, începeți cu un scop pe care îl puteți atinge. De îndată ce vedeți că puteți merge pe această cale, stabiliți-vă scopuri mai mari. Nu există reguli, fiindcă aveți de trăit o viață întreagă. A trăi o viață plină de entuziasm și motivare nu este un exercițiu, ci un proces. Fiți răbdători cu voi înșivă, în timp ce vă descoperiți drumul.

Plimbați-vă în natură sau creați un spațiu liniștit în casa voastră, numai pentru voi. Meditați sau visați asupra unor întrebări ca: Ce anume ar putea să-mi aducă înapoi entuziasmul și motivarea în viață? Ce pot începe să fac mâine, ca să mă simt viu și însuflețit?

Alegeți la început un țel modest, cum ar fi să vă plimbați mai mult, să participați la un curs care v-a stârnit interesul (tai chi, yoga, pictură), sau citiți cărți de spiritualitate. Folosiți-vă imaginația. Puteți, de asemenea, să vă consultați cu prietenii sau familia, dar nu vă dați puterea nimănui altcui-

va, ci folosiți-vă de ajutorul pe care vi-l dau ei; nu-i priviți ca pe niște persoane care au autoritatea să vă spună ce să faceți. Căutați în interiorul vostru, pentru a găsi cum să vă manifestați propria creativitate în această lume.

Țineți un jurnal cu ceea ce înțelegeți, precum și cu dubiile și neîncrederea în voi înșivă, care vă sabotează pe măsură ce parcurgeți acest proces. După aceasta puteți face o ceremonie, pentru a elibera orice credințe limitative sau obiceiuri care vă blochează. (Vezi Partea a VI-a, pentru sugestii.)

Trebuie să învățăm să ne folosim imaginația, pentru a avea viziunea unui viitor pentru care să avem așteptări pozitive. Deseori ne imaginăm un viitor sumbru. De câte ori ne uităm la știri și suntem cuprinși de disperare, este important să ne dăm seama că avem puterea de a ne schimba viețile și de a-i inspira și pe alții să facă acest lucru.

Pentru a vindeca pământul prin transmutare, trebuie să vă prețuiți propria viață, precum și viața tuturor ființelor vii. Este nevoie să vă reamintiți și să întrupați adevărata voastră natură. Pe măsură ce vă reamintiți perfecțiunea voastră, lumea din jur va reflecta acea perfecțiune, înapoi către voi. Reîntoarcerea la o viață plină de entuziasm și motivare vă va da energia necesară pentru a vă vindeca mediul înconjurător.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să înțelegeți că aveți puterea și cunoașterea de a o face. Părți din formula pentru transmutare, folosită aici, sunt:

Intenție:Trebuie să păstrați intenția de a vă reaminti cine sunteți cu adevărat și e necesar să trăiți o viață plină de entuziasm, prețuire și motivație, pentru a transmuta durerea, toxinele și energiile din jurul vostru.

Iubire: Trebuie să vă iubiți pe voi înșivă și viața, suficient de mult, pentru ca să doriți să transformați o stare de conștiință distructivă, într-una vindecătoare.

Armonie: Prin invocarea unei imagini sau a unei senzații legate de cât de valoroasă este viața, reamintindu-vă adevărul lui cine sunteți cu adevărat, dincolo de judecăți și proiecții, trăind o viață plină de pasiune și înțeles, vă veți armoniza propriile energii și veți crea armonie și în jurul vostru.

Unime: A recunoaște minunea care înseamnă viață și a vă reaminti adevărata voastră natură vă va extinde în mod natural energia, aducându-vă într-o stare de unime cu creatorul.

Focalizare: Trebuie să vă concentrați asupra viziunii și atenției de care aveți nevoie ca să vă materializați intenția.

Concentrare: Viața este o practică spirituală. Trebuie să vă concentrați eforturile pentru a trăi o viață inspirată de spirit. Este nevoie de concentrare, pentru a-i da putere intenției voastre de a vă schimba starea de conștiință.

Imaginație: Pentru a transmuta o stare negativă de frustrare, mânie sau frică, trebuie să fiți capabili să vă imaginați o reprezentare, un miros, un gust, un sunet, o senzație care vă poate reafirma măreția și miracolul vieții. Pentru ca transmutarea să aibă loc, trebuie să fiți capabili să vă imaginați un sine al vostru, mai adevărat decât cel pe care l-ați cunoscut anterior. De asemenea, trebuie să fiți în stare să vă imaginați pe voi înșivă, ca fiind un geniu creator, care poate să-și transforme propria viață.





ATUNCI CÂND LUCRURILE NU SUNT ÎN REGULĂ

Atunci când auziți pe cineva vorbind, auziți cuvinte, dar în spatele acestora ar putea să fie alte gânduri și sentimente, mai adevărate. Deseori suspectăm că, de fapt, oamenii gândesc și simt ceva diferit de ceea ce spun – dar deseori nu înțelegem și nu ne gândim la energia care este creată de această comunicare invizibilă. Mai mult, rareori luăm în considerare impactul tuturor formelor de gândire negativă pe care le proiectăm asupra altora și în aer, pe măsură ce ne desfășurăm activitățile zilnice. Această comunicare invizibilă nu este recunoscută în cultura noastră, dar este bine înțeleasă în toate culturile indigene – și la fel este și cu diferența dintre exprimarea mâniei și trimiterea mâniei. Dacă ați simțit vreodată mânia voastră sau a altcuiva, știți că o astfel de energie negativă este tangibilă. De fapt, dacă o lăsăm să ne umple corpul, acest tip de energie poate fi cauza unor boli.

În mod constant, ne revărsăm în exterior mânia, fricile, frustrările și disperarea. Uneori direcționăm aceste emoții către o persoană despre care credem că ne provoacă durere – iar alteori, pur și simplu, ne eliberăm orbește negativitatea, în aer. În ambele situații, aceste sentimente au cu siguranță impact asupra noastră și a altora. Din nefericire, Pământul nostru – la fel ca și mediul în care muncim și trăim – au devenit containere

invizibile de gunoi, pentru toate sentimentele noastre pline de durere. În mod ironic, cei mai bolnavi oameni cu care lucrez în practica mea șamanică, sunt psihoterapeuți.

Asta se întâmplă, deoarece în școală nu am fost învățați cum să ne apărăm de energia negativă, proiectată de către pacienți. Astfel de emoții pot produce forme-gând negative, care afectează corpul celor care nu știu cum să se protejeze.

Suntem cu toții oameni și, în afara cazului când transcendem ființa umană – lucru puțin probabil în timpul vieții noastre – suntem pasibili de a avea emoții. Este normal să fim plini de emoții. După cum am mai spus, prin natura sa, egoul se simte separat de tot, iar această experiență a izolării produce sentimente de frică, mânie, disperare și frustrare. Reprimarea unor asemenea sentimente duce la blocaje energetice în corpul nostru – blocaje care produc boli, în timp ce exprimarea oarbă a sentimentelor creează un mediu toxic și pentru alții.

Totuși, putem remedia această situație, prin transmutarea energiei negative. Transmutarea energiei negative este ușor de făcut, iar rezultatele pot fi simțite imediat. Această lucrare puternică este necesară pentru vindecarea bolilor personale și de mediu. Nu uitați că în toate interacțiunile putem să alegem modalitatea în care să reacționăm față de oameni și viață.

Atunci când observați că aveți emoții negative, nu le reprimați, ci permiteți-vă să vă exprimați sentimentele, cu sinceritate. Totuși, atunci când eliberați energia acestor sentimente, în mediul înconjurător, cereți ca această energie să fie transformată în energie vindecătoare, plină de lumină și iubire. Este atât de simplu.

Atunci când aveți gânduri negative, hrăniți orice boală care există în corpul vostru; din contră, gândurile pozitive vă susțin corpul. Puteți folosi oricare dintre metodele deja descrise, pentru a ajuta să transmutați starea negativă în care vă aflați, într-o stare care susține și îmbunătățește viața.

Atunci când vă aflați într-un loc în care simțiți că există energie negativă, încercați să simțiți legătura cu propria voastră esență adevărată, cu puterea divinității, cu spiritele ajutătoare cu care lucrați. Întrucât e nevoie de un gol pentru ca energia negativă să vă intre în corp, atunci când sunteți plini de putere, nu există nicio cale prin care energia negativă să vă poată atinge.

La început e nevoie să vă concentrați intens asupra transmutării sentimentelor și formelor-gând pe care le trimiteți în exterior, cât și pentru a vă proteja de negativitatea altora. De îndată ce ați practicat acest lucru pentru o scurtă vreme, procesul va deveni automat. Dacă uneori uitați să transmutați negativitatea, nu se va întâmpla nimic grav. Aceste practici au nevoie de timp și de răbdare, pentru a se perfecționa. Pentru a învăța să vă comportați într-un mod nou, la început e nevoie de mai multă energie, până să devină un obicei.

Deși am fost crescuți într-o cultură în care energia comunicării dintre noi nu e recunoscută, este momentul să înțelegem că în toate formele de comunicare ia naștere o energie tangibilă. Energia creată prin cuvintele și gândurile noastre merge undeva; ea nu dispare ca prin farmec. Această energie poate să fie întotdeauna transmutată într-o energie vindecătoare, care îmbrățișează Iubirea. Este nevoie să ne însușim această practică, pentru a îmbunătăți calitatea vieții tuturor ființelor.

Una dintre uneltele pentru transmutarea energiei comunicării este confruntarea cu propriile emoții. În practica Taoismului este bine înțeles faptul că, ori de câte ori există energie cu care se lucrează, e necesar să o simțim pe deplin, pentru a o transmuta – a-i opune rezistență înseamnă a-i da putere. De exemplu, dacă sunt mânios și continui să-mi spun că e nesănătos să trăiesc această emoție, mânia mea va deveni din ce în ce mai puternică. Prin contrast, dacă îmi trăiesc mânia complet, ea nu are de ales decât să se schimbe. De îndată ce o stare emoțională este trăită complet, ea este transformată.

O altă unealtă pentru transmutarea energiei este controlul respirației. Așa cum am menționat anterior, puteți să vă folosiți respirația, pentru a vă centra. Atunci când vă aflați într-o stare de încărcătură emoțională, vi se modifică respirația. Dacă o încetiniți, către un ritm natural, prin câteva respirații adânci, vă veți centra. Observați acest lucru, respirând adânc de trei ori.

În plus, încercați să transmutați emoțiile negative, gândindu-vă la o culoare vindecătoare. Vizualizați cum această culoare se mișcă prin toate spațiile întunecate din interiorul vostru. De asemenea, puteți să vă vindecați, desenând sau pictând un model abstract, la care să folosiți culori liniștitoare pentru voi. Acestea sunt câteva modalități de a vă exprima sentimentele și apoi de a le transmuta.

Există multe practici puternice de meditație, șezând sau în mișcare, cum ar fi meditația Vipassana, meditația Zen, tai chi, chi gong, yoga, care vă pot învăța cum să respirați și cum să vă centrați. Aceste practici, din care am numit doar câteva, promovează armonia interioară și vindecarea personală, pe care le puteți crea apoi și în lumea exterioară. Există

multe cărți și cursuri pe care le puteți explora. Este important să găsiți o practică potrivită personalității și abilităților voastre fizice, precum și un învățător cu care să rezonați.

Un al aspect al transmiterii și al transmutării energiei negative este maniera în care ne ocupăm de mâncare – cum o cultivăm, cum o culegem și cum o gătim – întrucât toate acestea ne pot afecta sănătatea. Împreună cu hrana pe care o mâncăm, putem să digerăm și negativitatea crescătorilor sau a celor care recoltează, frica animalelor care sunt ucise sau stările emoționale ale celor care ne prepară mâncarea.

Cartea și filmul Like Water for Chocolate (Precum apa pentru ciocolată) ne arată cum putem ingera și energii emoționale, împreună cu mâncarea. Este vorba despre stările emoționale are unei femei, a cărei soră se mărită cu iubitul său. Ea este nevoită să gătească mâncarea pentru nunta surorii sale și, în timp ce prepară mâncărurile și prăjiturile, simte diferite emoții. Exact așa cum plânge ea în timp ce gătește un anumit fel de mâncare, tot așa plâng și oaspeții când îl mănâncă. Iar când ea râde în timp ce pregătește o prăjitură, se bucură și oaspeții când o mănâncă.

În culturile indigene, mâncarea este recoltată și animalele sunt ucise într-o manieră care le onorează. De-a lungul procesului de creștere și recoltare au loc dansuri și ceremonii, pentru a influența benefic sursele de hrană. Iar animalele sunt ucise într-un mod care permite ca o cantitate cât mai mică de adrenalină să intre în sângele lor.

Astăzi, cei mai mulți dintre noi nu avem niciun control asupra unor alimente pe care le mâncăm. Totuși, în ciuda acestui lucru, putem să fim atenți la modul în care gătim și cum mâncăm. Putem crea un spațiu liniștit și plăcut, pentru a lua masa; cel mai bine ar fi să nu digerăm și negativitatea de

la televizor sau din rubricile ziarelor, în timp ce mâncăm. Putem transmuta toxinele din mâncare, controlându-ne mediul personal și creând ceremonii care au legătură cu mâncarea.

Vă voi împărtăși toate acestea în Partea a VI-a, unde vom vorbi despre ceremonii de transmutare.

EXERCIȚII

Revedeți metodele care folosesc psihologia Taoistă, respirația și culoarea, pentru a transmuta energia negativă.

Imaginați-vă sufletul ca pe un lac sau ca pe un câmp. Vizualizați cum propria persoană înoată în lac sau se plimbă pe acel câmp. Observați cât de mult gunoi așteaptă să fie strâns de acolo.

Pentru început, practicați transmutarea sentimentelor într-un spațiu privat, în siguranță, înainte de a încerca să o faceți și în alte împrejurări. La sfârșitul fiecărei zile, reflectați asupra evenimentelor și a interacțiunilor pe care le-ați avut. Dacă intrați în contact cu emoții negative, dați-le voie să iasă la suprafață. Pe măsură ce spuneți – fie cu voce tare, fie mental – ceea ce simțiți, adăugați această frază: „Cer ca energia din aceste emoții să fie transmutată în energie a vindecării, a Luminii și iubirii".

Amintiți-vă, de exemplu, sentimentul de iritare din relația cu un coleg de muncă, cel de frustrare când erați în trafic sau mânia pe care ați simțit-o când vi s-a închis ușa liftului, în nas. Puteți să revedeți situația, cu ochii minții. În timp ce vă amintiți că ați trimis o formă-gând negativă, reintrați în scenă și spuneți în gând: „Cer ca această energie să fie transformată într-o energie vindecătoare, plină de iubire și Lumină".

Apoi, reamintiți-vă o situație în care cineva a direcționat negativitate către voi, sau în care ați simțit că ați fost

atinși de ceva negativ. Racordați-vă la propriul vostru trup și solicitați ca orice energie pe care ați absorbit-o să fie eliberată în univers și să fie transmutată în energie vindecătoare, plină de Lumină și iubire.

De asemenea, vă puteți proteja în avans de energiile negative. Gândiți-vă la un simbol care reprezintă calitățile de protecție și siguranță pentru voi. Meditați asupra lui, pentru a vă înconjura cu o barieră protectoare, atunci când vă simțiți invadați de proiecțiile negative ale altora. S-ar putea să vi se pară că o culoare acționează mai bine pentru voi, decât un simbol. Dacă acesta este cazul, înconjurați-vă cu această culoare.

Pentru a beneficia de energii pozitive, fiți conștienți de felul energiei pe care o proiectați și de felul energiei care este direcționată spre voi. Apoi, continuați transmutarea tuturor energiilor care ar putea să creeze boală pentru alții sau pentru voi înșivă.

CERCETARE ȘI OBSERVAȚIE

Doi dintre înțelepții Indiei, Ramana Maharshi și Krishnamurti, le-au transmis oamenilor practici spirituale de un nivel foarte înalt, pentru a-i ajuta în munca lor de transmutare. Aceste practici sunt greu de cuprins la început și sunt, după cum spune Ramana Maharshi, practici pentru „suflete mature". Ambele abordări prezentate aici vă vor aduce într-un loc similar, dar metodele sunt diferite. Chiar dacă nu se pot descrie, pe scurt, abordările acestor înțelepți, vom folosi o parte a metodelor și filozofiei celor doi, pentru lucrarea noastră de transmutare.

Ramana Maharshi i-a învățat pe oameni practica cercetării și întrebării. El spune că trebuie să vedem egoul ca pe o fantomă. El aseamănă situația cu aceea a unui drumeț care

vede un șarpe, departe pe drum – dar, pe măsură ce se apropie, descoperă că de fapt e o frânghie. La fel, egoul pare a fi ceva solid, până când ne uităm la el și vedem că, în realitate, este iluzoriu.

La început, când avem un gând, acesta este de tip „Eu", iar „Eu" are nevoie de obiecte pentru a exista. Dacă atenția este orientată spre interior și continuăm cu gândul „Eu", prin acesta ajungem la „Eu sunt" – un fel de a existenta într-un mod non-dualist.

Atunci când apar gândurile sau emoțiile, ne întrebăm: „De unde vin aceste gânduri sau emoții?" Această întrebare ne duce înapoi la sursa „Eu sunt", a minții. Atunci când îi învăța pe vestici, Ramana Maharshi cita din Biblie: „Eu sunt cel ce sunt"*. Aceasta, a spus el, era miezul învățăturii sale. Citatul reflectă starea anterioară gândurilor, sentimentelor și trupului.

Analogia cu un film ar putea să aducă o clarificare. Când mergem la film, vedem multe imagini pe ecran - așa cum sunt și imaginile din mintea noastră, atunci când gândim. Ceea ce e real, este doar ecranul din spatele imaginilor – în mintea noastră, acesta este golul, conștiința, starea de a fi din care se ridică imaginile.

Atâta timp cât ne dăruim atenția conștiinței, în loc de a o dărui conținutului său, suntem acasă, eliberați, liberi. Totuși, mintea dorește întotdeauna să se focalizeze asupra obiectelor.

* Vechiul Testament: Ieșirea - a doua carte a lui Moise, 13. Zis-a iarăși Moise către Dumnezeu: "Iată, eu mă voi duce la fiii lui Israel și le voi zice: Dumnezeul părinților voștri m-a trimis la voi... Dar de-mi vor zice: Cum Îl cheamă, ce să le spun?" 14 Atunci Dumnezeu a răspuns lui Moise: "Eu sunt Cel ce sunt". Apoi i-a zis: "Așa să spui fiilor lui Israel: Cel ce este m-a trimis la voi!" N. tr.

Trebuie să practicăm concentrarea atenției asupra conștiinței, mai degrabă decât asupra obiectelor trecătoare.

Jack Schwarz spune că procesul căutării adevăratei identități începe cu recunoașterea adevăratei noastre naturi. El și-a pus întrebarea: „Cine sunt eu?". Atunci când și-a căutat numele în cartea de telefon, a găsit înregistrați treizeci și cinci de Jack Schwarz. Atunci și-a dat seama că Jack Schwarz era doar un nume și că o întrebare mai potrivită era: „Ce sunt eu?". Din această întrebare el s-a perceput pe sine ca fiind energie, nu doar un trup. Martin Buber, filozof evreu, ne învață că suntem cu adevărat o parte a energiei universale, care există în toate lucrurile vii și care va continua să existe, după ce trupul moare. Energia este sine transpersonal, sinele–Eu. Schwarz și-a dat seama că se poate opri din a-i spune corpului său ce să facă și, cu direcționarea corectă din partea minții, că îi poate permite înțelepciunii trupului să se conecteze la capacitatea de a se regenera, celulă cu celulă.

Atunci când Schwarz a fost la Fundația Menninger și și-a demonstrat abilitatea de a-și înfige ace în braț, fără a sângera, deseori a fost întrebat ce simte. El a răspuns că își percepe corpul ca fiind separat de el însuși și că ar trebui întrebat corpul cum se simte, întrucât el nu înfigea un ac în brațul său, ci într-un braț oarecare. El era neatașat de corpul său, fiind total dincolo de structura fizică.[1]

Experiența lui Schwarz nu explică complet învățăturile lui Ramana Maharshi, deși ajunge destul de aproape de acestea, întrucât chiar descrierea sinelui ca fiind o energie, încă păstrează mintea focalizată asupra unui obiect.

Tehnica pe care ne-o dă Ramana Maharshi este acea de a ne întreba, fără încetare, următoarele:

– De unde răsare acest gând?

– Cine sunt eu?
– Cui i se întâmplă toate astea?

Krishnamurti ne învață o abordare oarecum similară, dar totuși diferită. El folosește observarea fără un centru, ca unealtă pentru a vedea prin iluzie. Nu este vorba despre o parte a unui gând care observă o altă parte de gând. Cel ce gândește este același cu gândul, iar ei nu pot fi separați.

El vorbește de observarea mișcării gândirii sau a unei emoții, precum frica. Efectul este că atunci conținutul - gândul sau emoția - devine fără substanță sau ireal. Ceea ce rămâne este golul și tăcerea.

G. Narayan, care și-a petrecut multă vreme cu Krishnamurti, explică munca acestui înțelept, spunând că există o diferență între experiență și a trăi experiența. Experiența este înrădăcinată în trecut. A trăi experiența este un proces care adună cunoaștere și cultivă amintiri. Atunci când trăim o experiență, stăm în prezent iar experiența nu este afectată de trecut. Cel care trăiește experiența este absent în tot acest timp.[2]

Atenția și observația sau conștiența pasivă, sunt uneltele care ne permit să vedem ceea ce este real. Aceasta schimbă celulele creierului și realizează transmutarea, prin introducerea plenarului, totalității.

David Bohm, un specialist în fizica cuantică, a avut o relație apropiată cu Krishnamurti. Ei au avut discuții amănunțite despre observare. David Bohm arată că, din punctul de vedere al fizicii, observatorul schimbă ceea ce este observat. Acest principiu poate fi comparat cu învățătura lui Krishnamurti, în care el afirmă că atunci când o persoană observă o emoție sau o stare mentală, pe măsură ce acestea se ridică în conștiință, emoția sau starea mentală se vor schimba de la sine, pur și simplul, prin procesul de observare.

Abordările lui Ramana Maharshi și Krishnamurti sunt diferite de formele obișnuite de practici de meditație prin faptul că cel ce meditează – și, astfel, egoul - este eliminat imediat. Ceea ce rămâne este întregul. Prin contrast, în alte forme de meditație Eul, egoul, încearcă să schimbe ceva. Astfel, dacă eu sunt mânios și vreau să schimb ceva, aceasta creează conflict. Ramana Maharshi și Krishnamurti îl îndepărtează pe cel ce face meditația, astfel încât nu mai este niciun conflict.

Ramana Maharshi spune:

> *„Încercarea de a distruge egoul sau mintea este ca și cum hoțul pretinde că este un polițist care prinde hoțul - adică, pe el însuși. Cercetarea de sine poate revela adevărul conform căruia nici egoul, nici mintea nu există cu adevărat, permițându-ne să realizăm ființa pură, nediferențiată, a Sinelui - sau Absolutul."*[3]

Krishnamurti precizează că o astfel de viziune asupra adevărului poate elibera și conduce spre regenerare:

> *„Când mintea este nemișcată, liniștită și nu caută vreun răspuns sau vreo soluție, nici nu opune rezistență și nici nu evită, numai atunci poate să existe o regenerare, întrucât mintea este capabilă de a percepe ce este adevărat - iar adevărul este cel care eliberează și nu efortul nostru de a fi liberi."*

EXERCIȚII

Înainte de a practica abordările descrise în această secțiune, citiți materialul de câteva ori.

Puteți lucra de mai multe ori fiecare practică. Pentru început, respirați și observați-vă respirația. În timp ce respi-

rați, fiți conștienți de gândurile, emoțiile și senzațiile care apar. Respirația focalizează atenția și ajută la dezvoltarea concentrării. În timp ce sunteți atenți la respirație, veți observa că ea încetinește. Respirația și mintea sunt conectate. Atunci când respirația încetinește și mintea încetinește. Pentru a înțelege mai bine realitatea și sursa gândului sau a emoției care apare, puneți-vă repetat următoarele întrebări:

– De unde apare asta?
– Cine sunt eu?
– Cui i se întâmplă toate astea?

Pentru a practica observarea, pur și simplu priviți fluxul gândurilor și al emoțiilor și, prin aceasta, fluxul conștienței voastre. Prin observare, mintea se liniștește și devine mai calmă – la fel și respirația. Ambele practici vă vor ajuta în transmutarea sentimentelor negative cum ar fi gelozia, mânia, singurătatea și frica.

DEZ-IDENTIFICAREA

În timp ce lucram pentru master-ul în consilierea psihologică, am studiat psihosinteza – o formă puternică de terapie, dezvoltată de Roberto Assagioli, care combină descoperirile psihanalizei și înțelepciunea tradițiilor spirituale. Assagioli a văzut psihosinteza ca o atitudine a cărei premisă este înrădăcinată în convingerea că suntem deja întregi, că această calitate de a fi un întreg, din interiorul fiecăruia dintre noi, are nevoie să fie recunoscută.

Psihosinteza lui Assagioli este plină de multe cunoștințe, pe care le-am găsit foarte valoroase în lucrul cu pacienții. Una dintre metodele sale are mare succes pentru eliberarea unor emoții și pentru re-centrare. Acest exercițiu, pe care îl folosesc

atât cu pacienții, cât și cu mine, este ușor și extrem de puternic în a ne ajuta să ne reamintim cine suntem.

EXERCIȚII

Vă recomand să înregistrați următoarea meditație, sau puneți pe cineva să v-o citească, în timp ce o faceți.

Relaxați-vă și stați în tăcere. Priviți în jurul vostru și deveniți conștienți de fiecare detaliu. Apoi, închideți ochi și inspirați lent, luând în interiorul vostru această percepție vizuală vie. Apoi expirați lent și întrebați-vă: „Cine este conștient?".

Cu ochii închiși, ascultați sunetele sau tăcerea din jurul vostru. Respirați adânc, ascultând în continuare. Inspirați adânc și ascultați în continuare. Apoi, pe măsură ce expirați lent, întrebați-vă: „Cine ascultă?", „Cine e conștient?".

Rămânând cu ochi închiși, imaginați-vă că desenați un cerc cu creta, pe o tablă. Priviți cercul. Inspirați adânc și, pe măsură ce expirați, întrebați-vă: „Cine e conștient?".

Acum lăsați cercul să se estompeze. Continuați să respirați lent, fiți persoana care este conștientă. Acordați-vă timp pentru a trăi, cu adevărat, experiența de a fi voi înșivă.

Repetați exercițiul de mai multe ori, până când simțiți că sinele vostru este sursa stabilității și a percepției clare, din mijlocul schimbării.

Apoi, conștienți că sunteți sinele vostru imuabil, aduceți-vă atenția către corpul vostru. Recunoașteți senzațiile și stările schimbătoare ale corpului pe parcursul timpului, ca fiind deosebite de sinele vostru neschimbător.

În continuare, conștienți că sunteți sinele vostru neschimbător, îndreptați-vă atenția către sentimentele voastre. Recunoașteți faptul că sentimentele voastre sunt într-o continuă schimbare, dar că sinele nu se schimbă.

Concentrați-vă din nou asupra faptului că sunteți sinele vostru neschimbător. Deveniți conștienți de mintea voastră, care este întotdeauna plină de gânduri ce se schimbă, deși sinele, centrul conștienței, rămâne neschimbat.

Focalizați-vă din nou asupra sinelui vostru neschimbător. Recunoașteți faptului că, deși cele trei aspecte ale trupului, sentimentelor și minții sunt mijloace valoroase de exprimare în lume, ele nu sunt voi înșivă. Voi aveți capacitatea de a comanda și de a regla trupul, sentimentele și mintea, la dorință.

Simțiți, cât de viu se poate, că: „Am un trup, dar eu nu sunt trupul meu. Am emoții, dar eu nu sunt emoțiile mele. Am o minte, dar eu nu sunt mintea mea. Sunt, mai degrabă, cel care trăiește starea de a fi, de permanență, de echilibru interior. Eu sunt un centru de identitate, de voință și de conștiință de sine, pură."

Pentru a vindeca pământul prin transmutare:

Trebuie să doriți să lucrați conștient cu gândurile pe care le trimiteți în exterior, precum și cu proiecțiile care sunt trimise către voi.

Nu vă războiți cu nimic din ceea ce vă poluează - pe voi sau mediul. Observarea naturii lumii noastre și experimentarea sa, creează transmutare.

Încetați să vă mai identificați cu sentimentele și gândurile care nu vă permit să vă reamintiți adevărata voastră relație cu viața.

Părțile formulei pentru transmutare folosite aici sunt:

Intenție: Trebuie să mențineți intenția de a dori să lucrați cu transmutarea energiei negative. Trebuie să aveți de asemenea

o intenție puternică de a vă implica în practici care liniștesc emoțiile și mintea.

Iubire: Puteți transmuta energia negativă, în energie plină de iubire. Energia nu poate fi distrusă, dar poate fi transformată.

Armonie: Atunci când transformați energia negativă, într-o energie vindecătoare, plină de iubire, aduceți armonie planetei și vieții. Reamintirea faptului că nu sunteți corpul vostru, nici emoțiile și nici mintea voastră, vă va aduce o stare mai mare de armonie cu voi înșivă și cu alții.

Unime: Atunci când transmutați energia în iubire, redeveniți uniți cu creatorul vostru. Sursa v-a creat din Iubire. Reamintirea și observarea sinelui neschimbător și a naturii voastre adevărate vă ajută să vă uniți cu Divinitatea.

Focalizare: Focalizarea îi dă putere intenției, să liniștească mintea.

Concentrare: A vă înălța conștiința, pentru a transmuta energia negativă, în mod regulat, solicită o mare concentrare. Cheia tuturor practicilor de meditație este concentrarea.

Imaginație: Trebuie să fiți în stare să vă imaginați cum energia negativă este transmutată într-o forță pozitivă, trimisă în univers. Trebuie să fiți în stare să vă imaginați posibilitatea de a vă liniști emoțiile și mintea, dincolo de natura iluzorie a egoului.





MAI MULTE INSTRUMENTE CARE SĂ VĂ AJUTE

A PRIMI

Pentru capacitatea de a transmuta energie este important să fim capabili să primim informații, vindecare și iubire. Cu toții căutăm iubirea. Totuși, iubirea pe care o căutăm nu vine de la ceilalți oameni, ci este Iubirea Divină. Cu toții suferim pentru că de mici am încercat să primim această Iubire Divină, de la părinți. Deși trupurile ne-au fost create de către ei, spiritul nostru a fost creat de sursa Divină. Întrucât părinții noștri sunt egotici, ei nu se pot conecta cu noi, la nivelul adânc și esențial pe care îl dorim, iar în schimb, își proiectează asupra noastră, propriile nevoi, credințe, speranțe și temeri. Niciodată nu simțim că propriii noștri părinți ne privesc sau ne iubesc cu adevărat. Deci, în încercările de a primi iubire, continuăm să avem diferite comportamente disfuncționale subconștiente. De exemplu, e posibil ca, într-o relație, să avem credința că putem căpăta iubire, dacă acumulăm putere, bani sau obiecte materiale. Toate acestea sunt căi nesănătoase și iluzorii.

În cultura noastră, atunci când ne simțim neiubiți de familie, prieteni, persoanele importante pentru noi, construim sisteme de credință despre motivele pentru care nu suntem iu-

biți. Din acest punct de vedere mulți dintre noi, în societatea de astăzi, simțim că nu merităm să primim iubire și susținere.

Un sistem de credințe asemănător este religia sau morala. De exemplu, în morala creștină, am învățat că trebuie să avem grijă de toți ceilalți, înainte de a încerca să avem grijă de propriile noastre nevoi, că este mai bine să dăruiești decât să primești. Totuși, Angeles Arrien, antropolog și profesor de șamanism, crede că nu putem învăța cum să dăruim, până când nu știm cum să primim: a dărui și a primi sunt un singur proces. Dacă numai dăruim, atunci nu știm nimic despre a primi.

Deși este nevoie să ducem Lumina în multe colțuri întunecate ale lumii și putem face asta prin împărtășirea Luminii Divine cu alții, nu putem dărui Lumină, până când nu putem primi Lumină. De aceea este atât de important să învățăm cum să putem primi iubirea.

Un alt motiv pentru care este atât de important să învățăm să primim iubirea este faptul că suntem literalmente doborâți de dezechilibrul produs, la ora actuală în societatea în care trăim, de către accentul pus pe dăruire, combinat cu inabilitatea de a primi. Un studiu al profilelor psihologice ale bolnavilor de cancer arată că ei sunt persoane care tind să dăruiască prea mult din ei înșiși către alții și nu știu cum să primească iubire și susținere.

În Căderea în Grație (A Fall to Grace) Lao-Tzu îi spune Alexandrei C. despre importanța îngrijirii, următoarele:

> *„Gândește-te la tine ca la o plantă care crește. O plantă scoate la vedere flori frumoase, atunci când are energia pentru a o face. Cu cât este mai mult hrănită, cu atât are nevoie de mai puțină energie. Dacă există momente în care creșterea ta necesită*

prea mult efort, încearcă să găsești hrana de care ai nevoie. Aceasta e responsabilitatea ta. Râul vieții te va purta în multe locuri, dar, de-a lungul drumului, trebuie să te hrănești singur."[1]

Cu toții știm că ceea ce este viu are nevoie de hrană pentru a crește și a se vindeca – dar nu doar trupul are nevoie să fie hrănit. Trebuie să învățăm cum să primim iubire și sprijin de la ceilalți. Pentru ca vindecarea să aibă succes, trebuie să învățăm cum să primim energia vindecătoare. Trebuie să învățăm cum să primim ghidare. Și, cel mai important lucru este că trebuie să învățăm că e în regulă să cerem ajutor și să-l acceptăm.

Atunci când lucrăm cu transmutarea, cerem ajutor de la o putere mai mare – fie ea sursa sau spiritele pline de compasiune. Ca răspuns, am putea primi energia necesară pentru a transmuta, sau numai ghidarea de care avem nevoie pentru a ne face lucrarea. Pentru a ne conecta cu o putere mai mare, trebuie să știm să primim.

Eu știu că universul este totdeauna acolo pentru a ne ajuta, a ne vindeca și pentru a ne ține într-un loc al iubirii. Trebuie doar să înțelegem că iubirea și vindecarea ne sunt întotdeauna disponibile și să învățăm cum să le primim. Odată ce proiectăm o intenție sau o rugăciune în univers, informația poate veni la noi în mai multe feluri. Totuși, câteodată suntem prea practici în așteptările noastre și ne gândim că vom primi vreun mesaj auditiv. Deși se poate întâmpla, deseori informația spirituală vine ca o metaforă. De îndată ce e trimisă o cerere de ajutor sau de informație, este foarte posibil ca răspunsul pe care ni-l oferă universul să ne vină sub forma unor semne care trebuie interpretate. Citirea semnelor este practicată de toate populațiile indigene din lume.

Cel mai obișnuit mod de a obține informații prin divinație este citirea semnelor din natură. Puteți observa, de exemplu, că, de îndată ce ați cerut ghidare, natura vă va prezenta un semn – cum ar fi apariția unui animal ale cărui calități vă pot da un răspuns la întrebare, sau pot apărea pe cer nori ale căror forme să reprezinte un răspuns metaforic. Puteți să vă întrebați dacă semnele pe care le primiți sunt un răspuns la întrebarea voastră sau o simplă coincidență. Albert Einstein ne spune: coincidența este modul lui Dumnezeu de a rămâne anonim.

Abilitatea de a primi este crucială pentru trezirea conștientizării, în ceea ce privește semnele. A observa semnele nu este o acțiune activă, făcută cu intenție, ci una pasivă, receptivă. Trebuie să anunțați universul ce anume solicitați – și apoi să fiți dispuși să primiți informația, în orice mod vi se revelează ea.

Prima dată când am dus un grup în Egipt, am fost entuziasmată în mod special la gândul că voi vizita templul zeiței Isis, întrucât consider că această zeiță este învățătoarea mea. Cu o zi înainte de a merge acolo, am chemat-o mintal pe Isis, ca s-o întreb ce daruri am putea să-i aducem pentru a o onora și am fost foarte surprinsă de răspunsul ei. Mi-a spus că nu dorește ca grupul să-i aducă daruri. Singurul lucru pe care îl dorea era ca noi să primim vindecarea și iubirea pe care avea să ne-o dea, atunci când vom sta în camera ei sfântă. Acesta a fost un exemplu de cât de dăruiți putem să ne simțim, atunci când primim iubirea. Deși deseori nu reușim să le dăm altora darul de a primi iubirea și de a-i susține, atunci când putem face aceasta, creăm un spațiu sacru, în care vindecarea și transformarea pot avea loc. Onorăm divi-

nitatea, atunci când când suntem capabili să primim susținerea și hrana care ne este asigurată la toate nivelele.

EXERCIȚII

Gândiți-vă la abilitatea voastră de a primi iubire, sprijin și vindecare. Vă acordați suficient timp pentru a simți cu adevărat hrana pe care o primiți de la mâncare sau de la univers?

Ce sisteme de credință sau dialog interior ies la iveală, atunci când vă dați seama de ce anume simțiți cu adevărat, despre a fi receptiv? Scrieți-vă sentimentele pe hârtie. Folosiți câteva dintre tehnicile discutate anterior, pentru a vă ajuta să lucrați cu aceste sentimente.

Practicați mai mult starea de a fi receptiv. Observați cum vi se schimbă viața, atunci când vă dați voie să cereți ajutor atât de la alții, cât și de la puterea universului. Observați cum acest ajutor este întotdeauna disponibil; trebuie doar să știm cum să-l cerem și cum să-l primim. Observați cum anume vă simțiți conectați cu oamenii cu care aveți relații, atunci când puteți primi susținere de la ei.

Exersați. Cereți ajutor și deveniți tot mai conștienți de orice semne care vă sunt oferite de natură sau de întâlniri și conversații ocazionale cu alții. De exemplu, s-ar putea să întâlniți pe cineva care, fără să știe, vă va da informația pe care o căutați. De îndată ce puteți lucra cu semnele, veți fi uluit de modul în care interacționați cu misterele vieții. Când deveniți receptivi la acest proces, veți observa că puterea universului oferă întotdeauna soluții la problemele voastre.

Încercați să primiți informația Divină, iubirea sau vindecarea, într-un vis. Sunt multe feluri în care puteți face acest lucru. Puteți cere să primiți într-un vis, Iubirea Divină

a tatălui sau Iubirea Divină feminină sau iubirea necondiționată a spiritelor pline de compasiune, cu care lucrați. De asemenea, puteți solicita un vis prin care să primiți vindecare. Veți vedea că, dacă persistați în a cere vindecare în fiecare noapte, vă va apărea un vis. În timpul somnului, ați putea fi surprinși de modul în care vindecarea ori împărtășirea de informații ori iubirea se manifestă prin metafore.

ACORDAȚI ATENȚIE UNOR SITUAȚII

Uneori, nu putem scăpa de anumite probleme, indiferent de cât de mult încercăm să căutăm în trecutul nostru pentru a le găsi sursa, sau oricât de mult folosim diferite metode de vindecare.

Totuși, când nimic altceva nu dă rezultate, concentrați-vă atenția asupra problemei. De exemplu, în urmă cu câțiva ani, am devenit conștientă de faptul că nu am încredere în mine însămi. Întotdeauna am știut că am încredere în spiritele cu care am lucrat timp de peste douăzeci de ani, dar nu în mine însămi. Am decis că, întrucât această problemă îmi blochează dezvoltarea spirituală, ar trebui să lucrez asupra ei. În consecință, în meditațiile și călătoriile mele de dimineață, am cerut ajutor. Am aflat că spiritele mi-au dat soluții ezoterice minunate, care sunau extraordinar și aveau sens, dar pentru mine – o ființă umană ce are un ego – informația a fost foarte greu de pus în practică.

De exemplu, conceptul de iubire necondiționată pentru propria persoană este minunat, dar e greu pentru partea egotică a cuiva, să-l integreze în viața proprie. De-a lungul lunilor, am înțeles că, pe de o parte, apreciam cu adevărat cunoașterea pe care am primit-o de la spirite, în timp ce, pe de altă parte, nu credeam că e posibil să lucrez cu ele.

Totuși, în această perioadă am continuat să-mi concentrez atenția asupra problemei privind încrederea în mine însămi. De mai multe ori pe zi, mă trezeam analizând această situație și, după câteva luni, am observat că am început să am încredere în mine. Drept rezultat, călătoriile mele pentru mine însămi și pentru alții au devenit mai puternice, întrucât nu mai aveam acel filtru al dialogului mintal, bazat pe lipsa de încredere.

Când am reflectat asupra modului în care s-a înfăptuit această schimbare, mi-am dat seama că mi-am concentrat mereu atenția asupra problemei. Deși nu am găsit niciun fel de soluții logice, am rămas conștientă că doream o schimbare în zona încrederii – și, până la urmă, aceasta s-a întâmplat.

Călătoriile și meditațiile mele ulterioare m-au făcut să înțeleg faptul că trebuia să lucrez asupra modului în care frica mă limitează în muncă și în viață. Vreme de mulți ani, am explorat rădăcinile din trecut ale fricii mele. Încă o dată, ghidarea spiritelor a fost liniștitoare și frumoasă, dar puțin prea ezoterică pentru a o putea folosi practic. Totuși, mi-am concentrat din nou atenția asupra problemei și, într-o zi, m-am trezit cu hotărârea absolută că nu-i voi mai permite fricii să mă oprească din a-mi trăi pe deplin viața. A fost evident pentru mine că am trăit o adevărată vindecare.

De-a lungul acestor experiențe, am înțeles că, atunci când soluțiile practice conștiente nu sunt evidente, sau par că nu lucrează, putem aduce o vindecare sau o schimbare în viețile noastre, prin completa centrare a atenției asupra problemelor pe care vrem să le rezolvăm. Lumina este răspândită asupra locurilor întunecate din interiorul nostru. A face lumină asupra unei probleme este similar cu a o trăi ca experiență și a o observa. Prin trezirea conștiinței, aduceți Lumina

necesară pentru a transmuta situația. Lumina și Iubirea vindecă întotdeauna.

EXERCIȚII

După încercarea unora dintre sugestiile date în acest capitol referitor la cum lucrăm cu problemele, dacă una se încăpățânează să rămână, concentrați-vă atenția asupra ei. Aduceți-i lumină. De-a lungul zilei, continuați să afirmați că doriți ca această problemă să fie rezolvată. Gândiți-vă la asta, de câteva ori pe zi. Nu vă dați bătuți. Continuați să vă mențineți afirmația că doriți o rezolvare a problemei în care simțiți că ați rămas blocați.

Rămâneți în această stare în fiecare zi, până când observați că s-a petrecut transmutarea. După cum ne învață I Ching, cartea taoistă a înțelepciunii, „Perseverența te duce departe".[2]

Pentru vindecarea Pământului prin transmutare:

Trebuie ca în primul rând să fiți capabili să primiți binecuvântările Divinității, dar și să fiți deschiși pentru a primi Lumina Divină, care este forța ce se află în spatele oricărei vindecări.

Puteți aduce Lumina asupra oricărei probleme, doar fixându-vă atenția asupra ei.

Părțile formulei pentru transmutare folosite aici sunt:

Intenție: Trebuie să vă stabiliți intenția de a primi energia și iubirea care pot transmuta durerea, boala și toxinele. Este necesar să cereți să primiți semne care să conțină ghidarea pe care o căutați. Trebuie să păstrați o intenție puternică în privința problemei pe care doriți să o rezolvați.

Iubire: A primi este un act de iubire. De fiecare dată când hotărâți că doriți vindecare, aceasta este o afirmație a iubirii de sine.

Armonie: Primirea darului iubirii aduce armonie în viața noastră. Aducând Lumina asupra unei probleme care persistă, voi cereți ca armonia să vi se întoarcă în viață.

Unime: Iubirea este o stare de unime. Atunci când puteți primi iubire, puteți cunoaște unimea. Atunci când primiți semne, știți că sunteți în unime și armonie cu fluxul vieții. Pentru a simți o legătură reală în cadrul relațiilor voastre, trebuie să fiți capabili să primiți.

Concentrare: Trebuie să vă concentrați atenția asupra primirii. Concentrarea aduce Lumină asupra oricărei probleme.

Concentrare: Concentrați-vă asupra abilității voastre de a primi. Atenția necesită concentrare.

Imaginație: Pentru a primi iubire, trebuie să vă imaginați pe voi înșivă ca meritând iubirea. Trebuie să fiți în stare să vă imaginați un rezultat pozitiv și să rămâneți sinceri în ceea ce credeți





Iubire și Imaginație

Imaginați-vă că sunteți într-un cerc, cu un grup de oameni. Închideți ochii. Stați așezați pe podea și simțiți lemnul tare sub voi. Camera are multe ferestre, iar simțurile voastre sunt conștiente și de ceea ce se petrece dincolo de ele. Vă dați seama că soarele strălucește, dându-le putere tuturor ființelor să evolueze. Vă puteți imagina minunea care înseamnă plantele hrănite de Soare. Auziți adierile blânde ale vântului prin copaci și prin cameră. Puteți mirosi aromele dulci ale naturii din jurul vostru și simțiți aerul pe piele.

În interiorul camerei, auziți sunetul propriei respirații, împreună cu respirația celor care stau în lângă voi. Puteți simți puterea și energia create de acest cerc de oameni. Simțiți iubire pentru voi înșivă, precum și pentru toți cei din acest cerc. De asemenea, știți că toate celelalte persoane simt iubire pentru ei înșiși și pentru voi.

Sunt extrem de entuziasmată de faptul că datorită forței, sprijinului și iubirii acestui grup, a fost creat un vortex care va permite se întâmple un miracol. Este extraordinar!.





CREAREA SPAȚIULUI SACRU

Iubirea vindecă.

ADEVĂR UNIVERSAL

O piesă care lipsește din multe practici de vindecare din zilele noastre este înțelegerea puterii, forței, unui spațiu sacru. A crea un spațiu sacru, ca cel la care mă refer eu aici, înseamnă enorma energie creată de energiile individuale ale oamenilor adunați într-o cameră. În ziua de astăzi, mulți oameni își creează spațiu sacru, pur și simplu, prin amenajarea unei camere, a unui birou sau a unei case, într-un mod care permite ca mai multă energie, vitalitate și suflet să locuiască în acel spațiu – dar nu despre asta vorbesc eu aici.

De-a lungul anilor în care i-am învățat pe oameni, am observat ce se întâmplă când creezi un container puternic pentru grup. Miracole! De ce? Deoarece fiecare participant al grupului se poate simți în siguranță, în deschiderea sa către puterea iubirii. Iată o definiție a puterii, pe care îmi place să o folosesc în munca mea: Puterea este capacitatea de a folosi energia.

Atunci când toată lumea dintr-o cameră se concentrează să folosească propria energie pentru a-i susține, iubi și vindeca pe alții, exact asta se întâmplă – și aceasta este energia care susține miracolul.

În aprilie 1998, am coordonat o călătorie spirituală în Egipt – o călătorie foarte importantă pentru mine, întrucât în ultimii paisprezece ani, zeița egipteană Isis a fost învățătoarea mea spirituală. În timpul unei căutări spirituale, din anul 1986, în nordul statului New Mexico, am întâlnit-o pe Isis, care mi-a spus că se reîntoarce pe planetă în aceste vremuri, pentru a aduce iubire, frumusețe și armonie. În consecință, când în sfârșit am avut oportunitatea să vizitez casa lui Isis, eram foarte interesată.

Povestea lui Isis și Osiris este cel mai important mit spiritual din Egipt și una dintre marile povești de iubire ale lumii. Deși există multe versiuni ale acestei povești, în rândurile următoare vă prezint un rezumat al evenimentelor cheie, care exprimă modul în care miraculosul se naște din unimea spiritelor.

Nut, zeița cerului, împreună cu Geb, zeul Pământului, le-au dat naștere lui Osiris, Seth, Horus, Isis și Nephtis. Seth s-a căsătorit cu Nephtis, iar Osiris s-a căsătorit cu Isis. Osiris a devenit marele rege al Egiptului. Oamenii îl iubeau, iar el le-a transmis multă cunoaștere despre agricultură și educație.

Din această cauză, Seth, fratele lui Osiris, a devenit foarte gelos. Până la urmă, gelozia lui furioasă l-a determinat să-l ucidă pe Osiris, iar apoi i-a tăiat corpul în 14 bucăți, pe care le-a aruncat în cele patru zări. Isis s-a întristat când a aflat că soțul și sufletul ei pereche a murit. Sora lui Osiris, Nephtis, care îl iubea și ea, a jelit împreună cu Isis, disperate în fața morții unui bărbat atât de măreț, pe care l-au iubit atât de mult. Deoarece Isis nu putea să-l lase pe Osiris risipit peste întreg pământul Egiptului, ea a pornit într-o lungă și grea călătorie, pentru a aduna bucățile trupului celui iubit. Deși căutarea ei a durat mulți ani și a avut multe aventuri,

provocări și teste, până la urmă a reușit. Ea a reconstruit corpul lui Osiris și s-a iubit cu el pentru o ultimă dată, concepându-l pe Horus, care până la urmă a răzbunat moartea tatălui său.[1]

Multe învățături spirituale egiptene se învârt în jurul acestui mit și, în timp ce grupul nostru călătorea de la un templu la altul, am văzut ilustrări ale poveștii lui Isis și Osiris pe pereții acestora. Într-o zi, am ajuns la templul faraonului Sethi I din Abydos, unde se crede că a fost găsit capul lui Osiris. Acolo am văzut un zid cu pictograme, din care una îl arăta pe Osiris mort, lungit pe o piatră și pe Isis în forma ei spirituală de pasăre, făcând dragoste cu el.

Interpretând imaginea, ghidul nostru ne-a explicat că Isis nu a putut să facă o recuperare de suflet pentru Osiris, sub forma ei umană, fiindcă în această formă nu ar fi putut să-l recompună. Ea a trebuit să-și ia forma spirituală pentru a-l recompune și pentru a se uni cu el, ca să-l conceapă pe Horus.

Această explicație a avut un impact profund asupra mea, dar abia după ce am părăsit Egiptul și am avut timp să reflectez asupra ei, am început să-mi dau seama de adevărata semnificație al celor auzite. Am înțeles că nașterea magică a lui Horus a avut loc prin unimea între Isis și Osiris în spirit – adică unimea spiritelor a creat o ființă magică, copilul sfânt.

Ca rezultat al acestei revelații interesante, am început să iau în considerare și aspecte ale altor tradiții care exprimau idei similare. De exemplu, în Matei 18/20 Iisus Hristos spune: „Atunci când doi sau trei se adună în numele meu eu sunt cu ei". Ceea ce înseamnă că din unimea spiritelor se naște ceva sfânt, ceva magic.

În practica vindecării șamanice, din toate culturile, este bine cunoscut faptul că puterea folosită pentru vinde-

carea unei persoane sau a unui teren, este multiplicată exponențial cu numărul membrilor de familie, al prietenilor și al membrilor comunității care sunt prezenți, plini de compasiune, la vindecare. Asta se întâmplă atunci când cei prezenți renunță la personalitatea și la egourile lor, permițând ca o energie spirituală mai mare să fie chemată și să participe la munca de vindecare.

Prin studiu și experiență am înțeles că ceea ce ne comunică aceste învățături spirituale este faptul că atunci când se adună două sau mai multe energii spirituale, unimea lor generează o a treia energie, care, dacă este corect focalizată, poate fi ceea ce eu și alții numim copilul magic – energia schimbării, a transformării și a vindecării. Din nefericire, în cultura noastră, atunci când se adună un grup de oameni, ei se concentrează asupra sentimentelor lor de alienare și a grijilor individuale. Ei se uită în jurul lor, pentru a-și evalua concurenții și pentru a determina care este cel mai amenințător. Deseori, când predau workshop-uri lungi, există cel puțin o persoană care îmi spune că se simte separată de restul grupului.

Întotdeauna aud aceste cuvinte: „Nu mă simt la largul meu, aici. Nu știu unde mi-e locul. Toată lumea din grup pare că e în armonie cu ceilalți, iar eu mă simt în afara celor ce se întâmplă." Ceea ce mă surprinde, de obicei, în astfel de circumstanțe este faptul că, deseori, persoana respectivă este cea mai extrovertită din grup. Dacă acea persoană se simte izolată, atunci ce se întâmplă cu toți ceilalți?

Când ne aflăm în contact cu partea noastră spirituală, ne simțim în unime și în armonie cu tot ceea ce este viu. Atunci când suntem în starea noastră egotică, ne simțim separați. Aceasta reflectă căderea noastră inițială din grație, când ne-am separat de sursa vieții și unii de alții. Deși este

normal pentru condiția umană să simțim o astfel de separare, aceasta nu conduce către crearea energiei necesare pentru vindecare și transmutare.

Totuși, să ne imaginăm cum ar fi dacă opusul ar fi adevărat. Imaginați-vă ce s-ar întâmpla, dacă am avea compasiune pentru partea noastră umană și astfel am fi capabili să o lăsăm deoparte, pentru a intra în legătură cu partea noastră spirituală – cea care știe că sentimentul de separare este pură iluzie. În acest caz, am lua o decizie conștientă de a ne deschide inimile către noi înșine și către alții, fără sentimente de competiție, invidie sau înstrăinare, atâta timp cât toți dorim iubire, dorim să fim vindecați și să ne trăim viețile în armonie. Ca rezultat, o a treia energie s-ar naște – iar aceasta ar produce transmutarea. O ușă s-ar deschide, permițându-le iubirii și vindecării să intre. De fiecare dată când vă aflați în prezența altor persoane, energia voastră se unește cu a lor, pentru a crea o nouă energie. Fără să ne dăm seama, cu toții concepem constant un copil Divin, prin mijloace Divine. Aceasta este ceea ce eu numesc crearea spațiului sacru.

În cultura noastră, ne concentrăm asupra proceselor individuale; am învățat cum să găsim ceea ce dorim și să stabilim limite cu familia, prietenii și colegii de muncă. Acesta este un lucru foarte important, întrucât e nevoie să ne simțim mai bine sinele. Dar e important să înțelegem că, dintr-o perspectivă spirituală, limitele nu există.

Cu siguranță că e bine să stabilim niște limite emoționale între noi și ceilalți și să învățăm să facem diferența între emoțiile noastre și ale altora, astfel încât să nu ne împovărăm cu sentimentele lor. Totuși, adevărul este că energia nu e staționară.

Energia curge prin noi, tot timpul.

De multe ori nu suntem conștienți de energiile pe care le eliberăm, atunci când suntem într-o stare de încărcare emoțională. De exemplu, când cineva intră într-o cameră plină de mânie, sentimentul este tangibil. Atunci când cineva intră într-o cameră plină de iubire, acest sentiment este de asemenea tangibil. Nu avem frontiere energetice, căci mereu ne unim energiile cu alții. Dacă ați fost vreodată la o întrunire religioasă, spirituală, politică sau la o sărbătoare unde oamenii cântă împreună, ați avut experiența palpabilă a energiei din cameră. Această energie are calități clare de vindecare și putere.

Odată, când mi-am împărtășit gândurile despre acest fenomen, cu o călugăriță, răspunsul ei a rezumat astfel, puterea acestui proces: „Într-un fel, asta înseamnă o slujbă religioasă și alte ritualuri. Doar că toate acestea au devenit în prea mare măsură o rutină și prea instituționalizate. Întregul efort contemplativ are de-a face cu crearea spațiului sacru – golirea de grijile egoului și de ceea ce vibrează la un nivel coborât – astfel încât persoana să poată cu adevărat să întâlnească și să intre în energia Divină. În cadrul acestui proces, pot avea loc transformarea sau transmutarea."

Cu câțiva ani în urmă, Serviciul Catolic de Sănătate mi-a solicitat să particip la o conferință, unde să vorbesc despre modalitățile prin care șamanismul poate fi adus în sistemul catolic de îngrijire a sănătății. Am pregătit un discurs foarte sincer și clar, despre modul în care șamanii de pretutindeni percep bolile și despre metodele de vindecare spirituală folosite. Le-aș fi vorbit despre modul în care aceste metode de vindecare spirituală pot fi aplicate în cultura modernă. Eram îngrijorată, întrucât vârsta medie a preoților și călugărițelor din public era de 60 de ani și nu știam cât de

receptivi pot fi la un discurs despre șamanism și spiritele ajutătoare. În consecință, cu o noapte înaintea întâlnirii am meditat, iar mesajul pe care l-am primit a fost ca, înainte să încep să vorbesc, să vizualizez și să simt că mă unesc cu Sfânta Fecioară din Guadalupe, o sfântă asupra căreia am meditat ani de zile.

A doua zi, răspunsul la discursul meu a fost foarte bun – lucru care m-a bucurat, dar m-a și șocat. Cel mai important de notat e faptul că multe dintre călugărițe au venit la mine după aceea și au spus că nu s-au concentrat prea mult asupra cuvintelor mele, ci au fost fascinate de iubirea și pacea unei forțe spirituale din jurul meu, ca rezultat al pasiunii cu care am vorbit despre munca mea șamanică și a faptului că m-am unit cu Sfânta Fecioară din Guadalupe. Din această experiență am învățat cum unimea și iubirea pot crea un spațiu vindecător și Divin, în care cuvintele devin nesemnificative, dar în care puterea energiei devine transformatoare.

Imaginați-vă ce s-ar întâmpla dacă ați intra în biroul unui doctor, a unui psihoterapeut sau al unui alt vindecător și amândoi v-ați uni inimile și energiile spirituale, pentru a crea energie vindecătoare. În căutarea noastră după surse de vindecare, ne lipsește o resursă cheie. Este timpul pentru a încorpora cunoașterea despre crearea spațiului sacru – un spațiu în care se poate realiza adevărata transmutare. Nu tehnicile vindecă – iubirea vindecă.

EXERCIȚII

Iată un exercițiu simplu, pentru a crea spațiul sacru. În fiecare zi, timp de o săptămână, aprindeți o lumânare în cameră, pentru câteva minute sau maxim o oră. Pentru mulți oameni, arderea lumânărilor semnifică o ocazie de sărbătoare

sau un exercițiu sacru. Deseori aprindem lumânări la mese speciale, atunci când facem o baie pentru relaxare, sau în locuri sfinte. Aprinderea lumânărilor este similară cu aducerea unei energii speciale. Ele semnifică puterea Luminii. Observați cum vă simțiți într-o cameră în care arde o lumânare. Ați observat ceva special? Simțiți o energie dulce și blândă, care intră în spațiul vostru? Această energie poate fi simțită când creăm spațiu sacru. Țineți minte această senzație.

<u>Iată un alt exercițiu:</u>

Atunci când vă aflați într-o cameră cu mai mulți oameni, priviți împrejur. (Începeți cu ceva simplu. Nu încercați prima dată acest exercițiu, atunci când vă aflați într-un cinematograf sau la un concert. Încercați întâi la locul de muncă, la o întâlnire de grup sau cu prietenii. E bine să începem cu pașii de bază, înainte de a lucra cu lumea întreagă.) Observați cum vă simțiți. Observați orice sentiment care ar putea să apară: că sunteți amenințat, că nu sunteți suficient de bun sau că sunteți separați. Pur și simplu, observați aceste sentimente. Nu vă luptați cu ele. În psihologia taoistă, singurul mod de a transforma o energie este prin a o accepta, fără a-i opune rezistență. Aveți compasiune pentru voi înșivă și recunoașteți că acesta este doar o parte a voastră, este egoul care are aceste sentimente. Oricine de pe această planetă, cu excepția celor iluminați, are exact aceleași sentimente.

Acum respirați adânc, de câteva ori. Folosiți respirația pentru a ajunge într-un loc centrat. Cu ajutorul respirației, începeți să vă schimbați starea de conștiință și starea de conștientizare. Amintiți-vă că datorită faptului că suntem oameni, avem cu toții puncte vulnerabile și am fost cu toții răniți. Aveți compasiune pentru fiecare persoană care acționează dintr-un

loc al rănirii, în loc să acționeze dintr-un loc al iubirii. Luați o decizie conștientă de a vă contacta partea spirituală și de a îmbrățișa fiecare persoană din cameră, cu iubire.

Apoi, pentru a obține o mai adâncă înțelegere a spațiului sacru, puneți-vă următoarele întrebări: Cum s-a schimbat energia din cameră? Cum se schimbă comportamentul? Cum se schimbă sentimentele voastre pentru omenire? Oare puterea vindecării, iubirii și transmutării a intrat în cameră, prin intenția focalizată și atenția voastră?

Ce vă distrage de la crearea spațiului sacru? Sunteți cumva distrași de gânduri negative? Simțiți ca și cum nu mai este suficient timp? Flecăreala mentală vă inhibă?

Țineți minte: viața este o practică spirituală. Trebuie să practicați în fiecare zi, pentru a percepe rezultate pe termen lung. E nevoie de disciplină, concentrare și intenție. Luați-vă angajamentul față de voi înșivă, de a vă liniști, atunci când vă aflați într-un grup și, în loc să reacționați, aduceți energia iubirii în viața voastră și în viețile altora.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să doriți să vă chemați Divinitatea interioară și să vă uniți cu comunitatea din care faceți parte, pentru a da naștere energiei sfinte, Divine, care transformă mediul.

Părțile formulei pentru transmutare, folosite aici sunt :

Intenție : este necesară o intenție clară de a lăsa deoparte sentimentele egotice de separare, ca să puteți folosi energia spirituală pentru crearea vindecării și transformării în spațiul sacru.

Iubire: pentru a invoca energia Divină, trebuie să vă iubiți pe voi înșivă, pe alți oameni, pe toate ființele vii.

Armonie: este necesar să vă armonizați energia, cu partea voastră spirituală și cu energiile spirituale ale altora.

Unime: atunci când îi permiteți energiei voastre spirituale să se unească cu energiile spirituale ale altora, creați Copilul Divin. Această a treia energie poate crea transmutarea.

Focalizare: este nevoie de o intenție focalizată, pentru a realiza un proces de transmutare, într-un grup.

Concentrare: trebuie să vă concentrați eforturile asupra menținerii intenției de a aduce iubire, armonie și unime, în mediul vostru.

Imaginație: trebuie să vă invocați imaginația, pentru a crede că puteți să faceți, într-adevăr, parte din crearea energiei spațiului vindecător.





IMAGINAȚIA

în visul meu
îngerul a ridicat din umeri
și a spus că, dacă eșuăm de această dată,
va fi un eșec
al imaginației

după aceea,
el a pus lumea,
cu blândețe,
în palma mea.

Imaginația este o altă resursă importantă pentru vindecare și transmutare. Eu am avut dintotdeauna o imaginație foarte vie – lucru care mi-a îmbogățit viața. Atunci când lucrez cu pacienții sau cu studenții și sunt atentă la oamenii din jurul meu, observ deseori că mulți dintre ei nu sunt în contact cu imaginația proprie. Aceasta este o situație nefericită, deoarece imaginația este un ingredient cheie al vindecării, al schimbării vieților noastre și al muncii de transmutare. Nu am destule cuvinte pentru a sublinia suficient, puterea acestei resurse incredibile.

După cum am discutat în capitolul patru, atunci când o persoană își pierde sufletul, pierde esență pură sau forță vitală. În timpul unei recuperări a sufletului, asta este ceea

ce e adus înapoi. E posibil ca practicantul să vadă detalii despre situația din cauza căreia a fost pierdută acea esența pură. Dar dacă practicantul nu folosește cuvintele potrivite, pentru a povesti călătoria, pacientul simte că s-a întors trauma, în loc de esența sa pură. Pacienții se blochează deseori din cauza cuvintelor, iar imaginația lor nu este stimulată pentru vindecare.

De exemplu, când fac o călătorie șamanică pentru cineva, mi se arată că persoana și-a pierdut în copilărie o parte de suflet, din cauza unei frici intense pe care a trăit-o, în timp ce își privea părinții cum se certau. Eu văd cauza pentru care acea esență pură a plecat în acel moment. Ceea ce este adus înapoi este forță vitală, vitalitate, esență pură. Dar dacă nu folosesc cuvintele potrivite, pacientul va crede că am adus înapoi un copil înfricoșat. În acest caz, rezultatele vor fi ușor de prezis: pacientul va fi copleșit de frică.

Metafora pe care o folosesc pentru a exprima aceasta, în munca mea de vindecare și de învățătură, este aceea a plantării semințelor. De fiecare dată când vorbim cu oamenii, plantăm semințe. Întrebarea este: oare plantăm semințe ale fricii, sau plantăm semințe ale speranței?

Șamanii de peste tot au fost atât psihologi, vindecători spirituali, cât și sfătuitori în comunitățile lor. Dintotdeauna ei au folosit în practica lor cuvinte și povești vindecătoare. Șamanii spuneau povești despre care știau că vor vindeca bolnavii și comunitățile. În partea a V-a, veți afla despre modul în care erau folosite cuvintele, pentru a vindeca și a crea.

În contrast, Larry Dossey, autor de cărți și lector pe tema legăturii dintre minte, trup și puterea rugăciunii, arătă cum, în cultura noastră, doctorii folosesc deseori cuvinte care le provoacă necazuri pacienților. Citând exemple în cărțile

sale Înțeles și medicină și Aveți grijă pentru ce vă rugați, el demonstrează cum folosirea unor cuvinte poate fi devastatoare pentru oameni și cum ele pot răni, în loc să vindece.

El povestește despre o învățătoare, în vârstă de 51 de ani, care a fost operată de cancer. Ea a răspuns bine la operație și avea planuri pentru un viitor luminos. În noaptea de dinaintea externării, doctorul i-a spus că mai avea și alte tumori, pe care nu a putut să i le scoată. I-a făcut un prognostic de viață de 6 până la 12 luni. Ca rezultat, femeia a căzut în depresie și a murit trei zile mai târziu.[1]

În psihologia și medicina din zilele noastre, de cele mai multe ori ne concentrăm asupra lucrurilor care sunt în neregulă, plantând semințe ale problemelor care par să se perpetueze. Atunci când ni se spune cum să ne gestionăm problemele, în loc să i se permită autodeterminării și creativității personale să vindece, geniul nostru creativ este negat, deseori cu consecințe devastatoare.

Într-unul dintre workshop-urile mele, un doctor a povestit o întâmplare minunată, care ilustrează acest punct de vedere. Un bărbat a mers la doctor, pentru o verificare. Doctorul i-a spus că are cancer și că mai are de trăit aproximativ șase luni. Bărbatul, nearătând nicio emoție, a plecat din birou și nu s-a mai întors. După mulți ani, doctorul lucra acum într-un alt spital, l-a întâlnit pe același pacient. Nevenindu-i să creadă, doctorul s-a mirat: „Este imposibil! Acest bărbat ar fi trebuit să moară cu ani în urmă". După cum s-a dovedit, bărbatul nu-și purta proteza auditivă, atunci când doctorul i-a zis prima dată că are cancer. Restul îl las în seama imaginației voastre.

Imaginația este un dar de la Dumnezeu. O putem folosi pentru a vindeca și a transmuta, sau o putem folosi pen-

tru a crea boală și traumă. Spunând aceasta, nu sugerez că suntem în întregime responsabili pentru bolile noastre. Există poluare care ne afectează trupurile, iar deseori boala este singurul mod în care putem să ne debarasăm de toxine. Mai mult, boala este uneori un mijloc prin care ajungem să ne reevaluăm viețile.

În romanul său, Sfera, Michael Crichton descrie minunat puterea și unicitatea imaginației umane.

> *„Pe planeta voastră aveți un animal numit urs. Este un animal mare, uneori mai mare decât voi, este inteligent, e dotat cu ingeniozitate și are un creier la fel de mare ca al vostru. Dar există diferențe foarte importante între urs și voi. Ursul nu are imaginație. El nu poate să creeze imagini mentale, despre cum ar putea să fie realitatea. Ursul nu poate avea viziunea a ceea ce voi numiți trecut și a ceea ce voi numiți viitor. Această abilitate specială a imaginației este ceea ce a făcut specia voastră atât de măreață. Nimic altceva. Nu este nici natura voastră de maimuță, nici abilitatea voastră de a folosi unelte, nici limbajul, nici violența, nici grija voastră față de cei tineri sau față de grupurile sociale; niciunul dintre aceste lucruri care sunt întâlnite și la alte animale. Măreția voastră se află în imaginație."*

Apoi continuă, spunând că ceea ce numim noi inteligență este, în cea mai mare parte, imaginația noastră. Noi nu recunoaștem întotdeauna faptul că imaginația noastră face ca lucrurile să se întâmple. Întrucât nu suntem conștienți de această mare putere pe care o avem, nu putem să controlăm ceea ce ne imaginăm. Ne imaginăm lucruri minunate – dar și lucruri cumplite – și nu ne asumăm responsabi-

litatea pentru această alegere. Spunem că în interiorul nostru avem atât puterea bună, cât și pe cea rea – dar, de fapt, ceea ce avem este abilitatea de a ne imagina.[2]

Reverenda Eloise Page, un foarte cunoscut medium, în vârstă de 88 de ani, subliniază și ea puterea imaginației: „Fantezia este ceea ce mulți descriu a fi o gândire imaginară sau o iluzie, sau proiectarea dorințelor. Imaginația și puterea creativității sunt forțe foarte reale și concrete; ele nu sunt nici imaginare, nici iluzii".[3]

Neville, un învățător și mistic al secolului al XX-lea, a scris numeroase cărți despre puterea imaginației, iar acestea au ecouri în teoriile mele asupra folosirii imaginației. De exemplu, Neville a descris succint puterea imaginației în viețile noastre, în următoarea afirmație: „Viitorul nostru este propria noastră activitate imaginară, în plin marș creativ".[4] *El adaugă: „Toți bărbații și femeile cu imaginație trimit permanent „vrăji" în viitor și toți bărbații și femeile pasive, care nu au capacități imaginative puternice, cad în mod continuu sub vraja puterii primilor".*[5]

Ceea ce subliniază Neville, în discursurile și scrierile sale, este faptul că trebuie să vedem că ceea ce ne dorim este deja împlinit. Nu e suficient să ne dorim sau să vizualizăm ceea ce dorim; trebuie să ne imaginăm acel lucru, ca și cum deja s-ar fi întâmplat. El adaugă la acestea alte componente, pe care le-a găsit esențiale în lucrul cu imaginația, pentru a ajunge la rezultate pozitive. Neville ne îndeamnă să vedem lumea ca pe un bulgăre de lut și imaginația ca pe olar. Folosind darul imaginației, cu încredere trebuie să-i dăm formă, rezultatului dorit.[6]

Deseori ne blocăm potențialul creativ, prin faptul că folosim rațiunea, spunând că nu putem face anumite lucruri,

după ce ne analizăm faptele. Faptele, însă, așa cum le percepem, sunt și ele creații ale imaginației. Dacă schimbăm ceea ce ne imaginăm, vom schimba faptele.[7]

Neville vorbește, de asemenea, despre importanța înțelegerii faptului că suntem una cu Dumnezeu și cu forțele Divine, atunci când imaginația noastră caută ceva mai adânc și mai fundamental decât doar a crea anumite lucruri. În realitate, ceea ce facem noi este, de fapt, ceea ce Dumnezeu face în și prin om – iar omul este imaginație.[8]

Caroline Casey, astrolog, autoare și lector, exprimă și ea o idee similară: „Imaginația pune șinele pe care vine trenul realității".[9] După ce citiți acest rând, meditați o vreme și lăsați-i adevărul să vă pătrundă. Această afirmație conține o mare putere.

Ne visăm lumea întru ființare, tot timpul. Lucrul de care nu ne dăm seama este acela că, nejucând un rol activ în viziunile vieților noastre, până la urmă materializăm haos, prin gândurile noastre pline de confuzie. Sursa vieții a materializat creația, dintr-un loc adânc, liniștit și tăcut. Trebuie să fim capabili nu numai să ne retrezim capacitatea de a ne imagina o viață bună, ci și de a ne crea un loc plin de pace, liniștit, tăcut, din care să materializăm.

O parte din capacitatea de a ne folosi complet imaginația pentru transmutare, implică nevoia de a intra în contact cu toate simțurile noastre. Nu e suficient doar să vedem o scenă. Este nevoie să fim capabili să atingem, să auzim, să mirosim și să gustăm scena pe care o vizualizăm.

Pe când eram în Egipt, am primit o lecție în legătură cu importanța folosirii imaginației pentru a trăi viu o scenă. Am avut oportunitatea de a medita suficient timp, în fața unei mari statui a zeiței cu cap de leu, Sekhmet, în templul din

Karnak. Sfatul ei către mine a fost să gust viața – sfat care m-a surprins, întrucât nu m-am gândit la trăirea vieții în termeni de gust. Această întâlnire m-a făcut să înțeleg că gustul a fost un simț pe care l-am exclus din viața mea zilnică și din munca mea spirituală. Pentru a lucra cu el, a trebuit să înțeleg ce înseamnă metafora „a gusta lumea" și am ajuns la concluzia că aceasta îmi propune să iau viața în ființa mea complet și să-mi folosesc imaginația, pentru a aduce transformarea.

Puterea imaginației noastre și puterea de a ne deschide activ către fluxul vieții au fost îndelung subliniate și bine studiate. Totuși, s-au făcut și unele cercetări interesante asupra puterii rugăciunii. Larry Dossey, care a studiat efectele rugăciunii asupra vindecării, ajunge la concluzia că vindecarea este mai completă, atunci când oamenii sfârșesc rugăciunea cu „facă-se voia Ta", decât cerând un rezultat specific.

La început, poate părea că principiile de a fi activ și de a folosi imaginația pentru a avea efect vindecător – și respectiv, folosirea unei astfel de rugăciuni nonspecifice, pentru a ajunge la același efect, se află în contradicție. Totuși, amândouă sunt principii imperative, ce se află în legătură cu vindecarea noastră și a planetei.

În practica sa, șamanul caută activ un rezultat, dar lucrează în parteneriat cu spiritele ajutătoare. Asta înseamnă că șamanul aduce putere vindecătoare de la spirite, dar acționează și el însuși. În șamanism, aceste principii nu sunt opuse.

În cartea sa, Pasiunea lui Isis și Osiris, Jean Huston spune că inițiații Egiptului antic erau antrenați pentru a efectua transmutarea, printr-o combinație de putere personală și putere Divină: „Abilitatea de a transforma prin dorință și prin alinierea voinței personale cu Divinitatea a fost revelația inițiaților de nivel mai înalt".[10]

Am observat cum oamenii transferă toată responsabilitatea vieților lor către Divinitate, neacționând și crezând că universul le aduce tot ceea ce le este necesar. Această atitudine a eșuat, lucru care cred că subliniază nevoia de echilibru între recunoașterea puterii Divine și acceptarea responsabilității pentru propria noastră evoluție și transmutație. Da, dorim să ne rugăm pentru ca Voia Divină să se facă; este important să ne aliniem cu o putere mai înaltă. Gândurile noastre sunt cele care creează constant o mare parte din ceea ce percepem și din ceea ce devenim, în cele din urmă.

Ceea ce credem, aceea trăim ca experiență. Ceea ce se întâmplă pentru mulți oameni, atunci când încep să lucreze cu vizualizarea și cu realizarea dorințelor lor, este că ei nu sunt de loc conștienți de faptul că dorințele lor subconștiente controlează rezultatele. De exemplu, dacă lucrați la crearea unui corp sănătos, dar în sinea voastră nu credeți cu adevărat că puteți să faceți asta, țelul vostru va fi sabotat de acea credință relativă despre sine, iar munca voastră nu va avea succes. Dialogul nostru interior are efect direct asupra a ceea ce materializăm în viețile proprii.

Toate tradițiile spirituale vorbesc despre relația dintre microcosmos și macrocosmos. Deja am discutat despre modul în care fraza „precum sus, asemenea și jos, precum în interior asemenea și în exterior" este baza întregii metafizici. Atunci când am scris romanul de ficțiune vizionară, Căderea în Rai, ideea de bază era că „interiorul și exteriorul sunt același lucru". Aceasta înseamnă că lumea exterioară ne reflectă întotdeauna starea interioară. Dacă dorim să ne schimbăm lumea exterioară, trebuie să începem prin a ne schimba lumea interioară. Iată cum exprimă poetul englez, Robert Browning (7 mai 1812 – 12 decembrie 1892) importanța

cunoașterii faptului că ceea ce este în interiorul nostru, se manifestă în exterior:

Adevărul se află înăuntrul nostru;
el nu se ridică din lucruri exterioare,
orice-am crede noi.
Există un centru în miezul nostru, al tuturor,
unde adevărul se află în deplinătatea sa...
iar a cunoaște,
constă mai curând în deschiderea unui drum,
prin care splendoarea închisă poate evada,
Acesta să devină intrare
pentru o lumină ce se
presupune a fi în afară.[11]

Leac pentru Pământ se adresează celor care încercă să dobândească o viață mai bună, prin căutarea unei căi spirituale adevărate. Încerc să le ofer oamenilor mijloace foarte puternice pentru a se vindeca pe ei înșiși, pe alții și planeta, mai curând decât de a folosi aceste principii spirituale pentru a obține obiecte materiale și avere, sau pentru a manipula universul, ca să dobândească putere asupra altora. Mă adresez oamenilor care au descoperit că obiectele materiale sau averea nu aduc fericirea și, în loc de acestea, caută hrană pentru sufletele lor, prin găsirea adevăratului înțeles al vieții și aducerea creativității și pasiunii, în viețile lor zilnice.

Astfel, când scriu despre puterea imaginației, le cer oamenilor să-și atingă cel mai înalt potențial al lor și să-și folosească imaginația, pentru a crea condiții mai bune pentru vindecarea vieții de pe planetă. Avem nevoie să ne imaginăm o planetă cu aer curat, bun de respirat, și apă curată, bună de băut – și nu de a ști cum să ne cumpărăm o mașină

nouă și scumpă. Este în regulă să ne folosim imaginația pentru a materializa lucruri materiale, dar aceasta vă va ancora în aici, împiedicându-vă să trăiți experiența unimii cu Divinul – unire necesară pentru a ne vindeca pe noi înșine și pentru a transmuta poluarea mediului. Pentru a face aceasta, trebuie să ne schimbăm starea de conștiință și să analizăm diferența dintre folosirea imaginației pentru a servi micilor dorințe ale egoului și folosirea ei pentru a-i servi celui mai înalt potențial al nostru și al omenirii.

Pentru a ne alinia cu ceea ce este în interesul nostru și al planetei, vom folosi propriile noastre energii creative ale imaginației, împreună cu cererea: „facă-se Voia Ta". În acest fel, intrăm în parteneriat cu puterea universului și evităm să facem greșeala de a gândi că egoul știe ce e mai bine pentru toată lumea.

Există anumite capcane la care trebuie să fim atenți, atunci când lucrăm cu puterile creative. Pe măsură ce lucrați mai mult cu imaginația și puterea creativă, puteți evita să fiți prinși în capcanele dorințelor egotice, prin alinierea propriilor voastre viziuni cu puterile universului. În acest fel, lucrați în armonie cu puterile existente și evitați folosirea greșită a propriei puteri. Mai mult, lucrând la propria spiritualitate și la folosirea puterii voastre spirituale, trebuie să vă examinați simultan propria stare emoțională și de dezvoltare psihologică, astfel încât să nu vă folosiți darurile spirituale și cunoașterea, într-o manieră negativă.

Binecunoscutul Aleister Crowley(1875-1947), expert în magia neagră, a înțeles clar legăturai dintre microcosmos și macrocosmos, dar și-a folosit înțelegerea și cunoașterea doar pentru scopuri egoiste și pentru a-i controla pe cei din

jurul său. A plătit un preț mare pentru asta, trăind o viață mizerabilă și sfârșind printr-o moarte cumplită.

Eu sunt pe calea aducerii Raiului pe Pământ. Pentru a atinge acest scop, încurajez pe oricine să folosească metode spirituale care creează miracole, pentru a vindeca toate ființele de pe Pământ și pentru a atinge întotdeauna cel mai înalt potențial. Aceasta este ceea ce vă va hrăni sufletul și va crea fericirea pe care o căutați. Nu există hrană mai bună pentru suflet, decât cea care e spre binele a tot ce e viu. Imaginați-vă cum ar fi dacă ne-am aduna cu toții forțele spirituale, pentru a ne vindeca comunitățile și mediul.

Dilema între când să cerem „facă-se Voia Ta" și când să ne folosim imaginația se reduce la a ști cine ia decizia. Confuzia apare atunci când vorbește egoul. Dacă vă surprindeți că urmăriți scopuri materiale, atunci egoul vostru face alegerile și, pentru a evita problemele, ar fi bine să spuneți: „facă-se Voia Ta".

Mai există încă un aspect care trebuie discutat, în ceea ce privește a crearea dintr-o stare egotică. Suntem parte a întregului și, prin urmare, nu suntem separați de forțele naturii. Puteți crea ceea ce credeți, dar trebuie să cunoașteți legile naturii și să lucrați în armonie cu ele. În partea a IV-a, vă voi arată că nu trebuie să vă doriți să controlați natura și că, pentru ca munca voastră de transmutare să aibă succes, trebuie să fiți în aliniere cu puterile universului. Când vă folosiți imaginația pentru a crea, cheia reușitei este de a fi în armonie cu voi înșivă, precum și cu spiritul și forțele naturii.

O parte a căderii noastre din Rai este sentimentul de a fi separați de sursă, în timp ce altă parte este acela de a fi separați de spiritul nostru. Atunci când îi cerem spiritului nostru să spună ce dorește, răspunsul va implica întotdeauna iu-

bire. Spiritul solicită numai acte de blândețe și iubire. În cartea Bun venit acasă: continuarea călătoriei spre casa sufletului tău (Welcome home: Following your soul's journey home) descriu o învățătură spirituală pe care am primit-o cândva de la Isis, despre descoperirea bucuriei în viață:

> *„Sfatul meu către tine și către oamenii care trăiesc în jurul tău este să vă detașați de viață. Folosiți-vă imaginația pentru a vedea cum v-ar plăcea să fie viața voastră. Încercați să vă imaginați cum simțiți bucuria și fericirea. Mergeți înapoi în timp, către o experiență când v-ați simțit fericiți. Ce situații și experiențe credeți că vă vor ajuta să regăsiți aceste sentimente? Aveți încredere în voi înșivă și aveți credință că puteți crea din nou acest sentiment, în viața voastră."*[12]

De când călătoresc prin lume, lucrând în workshop-uri și ținând conferințe, observ că oamenii au o preocupare legată de profețiile negative. Totuși, eu cred că așa numitul Armaghedon este deja aici – și încă de ceva vreme. Pe Pământ sunt incendii, cutremure, inundații, erupții vulcanice, tzunami, boli, secetă, foamete și epidemii. Sunt curioasă din ce motive oamenii au devenit atât de interesați de sfârșitul lumii și de perspectivele sumbre care vor veni, dat fiind că dezastre naturale s-au tot întâmplat de-a lungul istoriei noastre.

Eu cred că această situație este rezultatul conștientizării faptului că viețile noastre sunt goale și lipsite de înțeles. Dorim ceva care să modifice lucrurile. Nu dorim să ne asumăm responsabilitatea pentru a face aceste schimbări, ci preferăm ca altcineva, sau ceva ce nu putem controla – chiar și un dezastru – să aducă schimbarea în viețile noastre.

Dar, oare, chiar avem nevoie de tragedii, pentru a ne schimba? Din nefericire, uneori învățarea prin tragedie este

modul prin care ființele umane evoluează. Cu toate că aceasta nu e esențială pentru schimbare, atunci când trăim o tragedie prețuim mai mult viața, învățăm importanța sănătății și ajungem să apreciem ceea ce avem, înțelegem prioritățile și descoperim cum să trăim în prezent – pentru că el este tot ce avem. Totuși, mulți dintre noi ne concentrăm asupra profețiilor negative, deoarece nu dorim să ne asumăm responsabilitatea pentru schimbarea vieților noastre. Caroline Casey spune că „este mai bine să creezi o profeție, decât să trăiești o prezicere".[13] Sau, după cum spune buna mea prietenă, Coreen: „Pentru ce viitor votăm?"

În plus, în viziunea unui nou viitor, e important nu numai să-l aducem așa cum îl dorim, ci și să înțelegem că viitorul este creat de prezentul nostru. Pentru a materializa viziuni ale viitorului, trebuie să formăm și modelăm prezentul în mod corespunzător; trebuie să semănăm semințele plantelor pe care dorim să le recoltăm.

După cum am mai spus, șamanii din toată lumea au o vorbă: „Nu visăm visul care trebuie". Multe tradiții spirituale și filozofii văd această lume ca pe una a iluziei.

Și eu cred că visăm cu toții aici. Și este nevoie să învățăm cum să visăm lucid, în starea noastră de trezie. Haideți să visăm împreună, o planetă pură, curată, o planetă a frumuseții, în care putem trăi în armonie cu noi înșine, cu restul vieții și cu natura. Haideți să visăm cu toții la a percepe Raiul pe Pământ, acum.

EXERCIȚII

Vedeți-vă viața ca pe o operă de artă, oricum ar fi ea. Deveniți artistul propriei voastre vieți. Faceți un pas înapoi și concentrați-vă atenția asupra a ceea ce vedeți. Ce sentimen-

te vă evocă opera voastră de artă? Imaginați-vă că luați un instrument ce corespunde la ceea ce doriți să modificați, și faceți schimbările care reflectă propriile dorințe și locul vostru în evoluția conștiinței.

Creativitatea implică riscuri mari. Nu vă temeți că veți greși. Nu există un mod anume în care trebuie să arate arta sau viața voastră, așa că lucrați. Puteți oricând să modificați aspectele care nu vă mai reflectă dorințele sufletului. Scrieți despre un vis care imaginează viața voastră. Nu puneți nimic în acest vis, legat de materializarea banilor sau a obiectelor materiale. Visați despre cum doriți să decurgă viața voastră, ce fel de relații vă doriți, cum vreți să vă folosiți timpul, ce priorități de viață sunt importante pentru voi.

Organizați o întrunire și relatați cum vedeți lucrurile, în plan personal și global. Dacă vorbiți despre aceste viziuni în public, precum și faptul că beneficiați de susținere din partea comunității, vă pregătește scena pe care aceste creații se vor concretiza.

Alegeți câte o zi pentru fiecare dintre simțurile voastre – văz, auz, miros, atingere, gust. Luați decizia conștientă de a trece prin acea zi, focalizându-vă asupra simțului ales. După ce explorați cele cinci simțuri, pe fiecare în parte, alocați o zi pentru a vă focaliza asupra lor, luate împreună.

Iată o provocare pentru voi: priviți o noapte întreagă emisiunile de la televizor și observați ce semințe sunt plantate în interiorul vostru, prin ceea ce vedeți și auziți. Observați în ce fel, ceea ce vedeți vă stimulează imaginația. Gândiți-vă la imaginile cu care sunteți hrăniți și la efectele potențiale ale acestora, asupra vieților voastre.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să fiți capabili să visați întru ființare, un Pământ curat, pur și vindecat.

Părțile formulei pentru transmutare folosite aici sunt:

Intenție: în folosirea imaginației este esențial să intenționați puternic, ceea ce chemați în viața voastră.

Iubire: trebuie să vă iubiți pe voi înșivă și planeta, pentru a crea un prezent și un viitor pozitiv, pentru tot ce înseamnă viață.

Armonie: trebuie să creați dintr-o stare de armonie cu tot ceea ce este viu, mai degrabă decât pentru scopuri egoiste.

Unime: trebuie să vă uniți cu Sinele vostru superior și cu puterea universului, astfel încât să puteți spune „facă-se Voia Ta".

Focalizare: este nevoie de o mare concentrare, pentru a ne imagina o lume fără poluare.

Concentrare: în fiecare zi trebuie să vă păstrați viziunea a ceea ce doriți să fie viitorul vostru - lucru care necesită o concentrare titanică. Trebuie să vă concentrați asupra folosirii tuturor simțurilor - să vedeți, să auziți, să mirosiți, să pipăiți și să gustați ceea ce doriți să materializați în lume. Trebuie să vă concentrați asupra a ceea ce vă doriți, ca și cum rezultatul final s-a materializat deja.

Imaginația: de voi depinde să visați un vis nou. Străduiți-vă să vă imaginați viitorul pe care îl doriți.





SĂ PRIMIM DARURILE STRĂBUNILOR

Îi cinstim pe străbunii care au fost înaintea noastră.
Îi onorăm pe cei care vin după noi.
Cinstim tot ce înseamnă viață.

În zilele noastre, mulți oameni au ales să lucreze asupra problemelor lor de viață, folosindu-se de ajutorul unui psihoterapeut. În psihologia modernă, accentul este pus pe ceea ce nu am primit din familiile noastre – în special de la părinți. Cei care au trăit abuzuri în copilărie, deseori se focalizează pe aceste lucruri. Astfel, psihoterapeuți îi ajutată pe oameni să înțeleagă cum să aibă relații mai funcționale. Dar privind numai ceea ce nu am primit din familie, pierdem o resursă foarte valoroasă din viețile noastre.

Dacă ne mișcăm de la perspectiva psihologică, la perspectiva biologică, care subliniază supraviețuirea celui mai bine adaptat, vedem că nu am fi aici, dacă nu am fi primit daruri de la familia noastră – genele, care ne ajută să ne adaptăm condițiilor de supraviețuire. În Statele Unite, mulți oameni nu cunosc originile propriilor lor familii. Cunoaștem numai istora familiei noastre disfuncționale. Dar să nu uităm că am primit și unelte de supraviețuire. Dacă nu ne cunoaștem trecutul, atunci nu ne cunoaștem nici viitorul. Pentru în-

țelegerea și aprecierea continuității vieții, este absolut necesar să știm câte ceva despre strămoșii noștri.

De ani de zile am încercat să aflu mai multe despre istoria familiei mele. Doream să știu cine au fost străbunii mei, cum s-au luptat și ce daruri i-au ajutat să supraviețuiască.

Din partea mamei, toți cei pe care i-am întrebat și-au amintit numai povești despre conflicte. De exemplu, mama își amintește că a auzit de la părinții ei că au întrerupt legăturile cu rudele rămase în Rusia, deoarece acestea erau persecutate fiindcă primeau scrisori din Statele Unite. Unchiul meu spunea că nu era așa, că de fapt cei rămași în Rusia nu au mai vrut să scrie.

Tatăl meu credea că familia lui a venit din Rusia, dar nu este sigur. Nimeni din familia lui nu știe. Ambele familii s-au detașat de trecutul lor și s-au integrat, pe cât de repede au putut, în cultura americană.

Cu toate că îmi cunosc rădăcinile spirituale din Divinitate, am simțit un gol în interior, fiindcă nu am reușit să mă conectez la bogăția strămoșilor. Pot doar să-mi imaginez bogăția culturală care s-a pierdut și modul în care ea ar fi putut să-mi completeze înțelegerea puterilor pe care le am astăzi și să-mi sporească posibilitățile pentru viitor.

Atunci când am căutat să aflu mai multe prin practica mea spirituală, am descoperit că darurile mele șamanice au venit pe linia maternă. Această cunoaștere mi-a asigurat un cadru de referință pentru tot ceea ce am primit, cu adevărat, de la mama mea. Într-o călătorie șamanică pe această temă, am avut o imagine minunată a unei stră-stră-stră-străbunici din Ucraina, care arăta exact ca mine, dansând într-o ceremonie, cu brațele întinse către cer. Călătoria m-a făcut să prețuiesc trecutul strămoșilor mei și darurile pe care mi le-au

oferit, prin prisma experiențelor lor de viață.

Am văzut semnificația stării de a fi uniți cu spiritul, cu spiritele, cu zeii și zeițele. Am fost învățați că suntem născuți din sursa Divină, mai degrabă decât prin părinții noștri. Acum este momentul să vedem darurile spirituale, emoționale și fizice, pe care le-am primit de-a lungul propriei noastre linii ancestrale biologice. Această muncă este importantă, în mod special pentru oamenii care au trăit abuzuri în familiile lor. A vedea acest aspect vă va aduce o mare vindecare, de îndată ce simțiți că sunteți pregătiți să o faceți.

EXERCIȚII

Gândiți-vă la membrii familiei voastre. Care sunt calitățile pe care le vedeți în voi înșivă și pe care le observați și la alți membri ai familiei? Dacă vreunul dintre părinții sau bunicii voștri este în mod special intuitiv sau cu calități paranormale, aveți și voi acest dar? Mai există în familie o persoană cu un simț al umorului ca al vostru? Aveți cumva vreo calitate pe care o regăsiți și la membrii familiilor voastre? Ce spuneți despre puterile spirituale, emoționale sau fizice? Moșteniți vreun talent creativ, cum ar fi la scris, dans, muzică sau artă?

Atunci când vă uitați în interiorul vostru, care sunt trăsăturile de familie pe care sunteți mândri că le aveți? Renunțați la orice judecăți despre ce a făcut sau nu a făcut familia voastră cu aceste daruri. Alegerile voastre pentru modul în care vă folosiți talentele pot fi diferite de cele ale celorlalți.

CINE SUNT ÎNVĂȚĂTORII NOȘTRI?

Învățătorii adevărați sunt oamenii care ne inspiră și ne dau putere. Există un vechi proverb Zen, care spune: „Dacă îl întâlniți pe Buddha pe drum, ucideți-l". Asta înseamnă că

oricine pretinde a ști mai mult decât voi, nu este învățătorul vostru. Creația și inspirația vin din adânc, din interiorul nostru, nu dintr-o sursă exterioară. Mergeți adânc înăuntru și creați; nașteți-vă pe voi înșivă, dinăuntru spre în afară.

Misticul Meister Eckhart și-L imaginează pe Dumnezeu vorbindu-ne despre propriul nostru potențial, astfel: „Eu am devenit om pentru voi. Dacă voi nu deveniți Dumnezeu pentru mine, atunci greșiți în fața mea".[1] În acest context, cuvintele visului meu, citat mai devreme în această carte, sunt relevante: „Omul L-a căutat pe Dumnezeu în afara sa, în ultimii două mii de ani. Iar pentru următorii două mii de ani, omul Îl va căuta pe Dumnezeu în interiorul său."

Cu toți suntem genii creative – absolut fiecare dintre noi. Este timpul să recunoaștem acest adevăr. De asemenea, este important să recunoaștem faptul că toți suntem responsabili pentru transmutarea otrăvurilor din jurul nostru. Aceasta nu este doar sarcina unui număr mic de indivizi, iar transmutarea durerii și a bolilor noastre nu poate fi făcută de altcineva. Numai noi o putem face, recunoscând că suntem ființe puternice și concentrându-ne atenția asupra scopurilor dorite de noi.

Nu există doar o singură metodă care dă rezultate. Și, deși puteți fi inspirați de poveștile celor care și-au cunoscut abilitățile, trebuie să vă găsiți propriul vostru drum. E nevoie să încetăm să ne mai bazam pe autoritatea altora, e nevoie să ne recunoaștem propriile daruri și puteri și să ne vedem, pe toți, ca fiind egali. Dacă alegeți să studiați cu alții, concentrați-vă asupra învățăturilor – și nu asupra persoanei care transmite cunoașterea. O afirmație a lui Ramakrishna despre oamenii din occident, relatată de Ken Cohen, un scriitor pe teme de qigong, reflectă tendința majorității oamenilor de a

continua căutarea acelor învățători, despre care ei cred că le vor conduce calea: „Începem să săpăm o fântână, dar nu continuăm săpăturile până când găsim apa. Pur și simplu, săpăm mereu noi fântâni. Peste tot în lume, observ cum oamenii merg de la un workshop la altul, gândindu-se că un nou învățător are cheia fermecată, dar adevărul este că fiecare dintre noi este păstrătorul acestei chei."

EXERCIȚII

Faceți o listă de oameni cărora v-ați dat puterea, crezând că ei au mai multă cunoaștere și autoritate decât voi. Ce anume vă este reflectat și oglindit, legat de propriile voastre abilități? Dacă puteți vedea puterea și cunoașterea în altcineva, atunci și voi posedați o astfel de putere și cunoaștere.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare:

Trebuie să prețuiți și să vă concentrați asupra darurilor, punctelor forte și a posibilităților pe care le aveți, prin linia voastră ancestrală.

Trebuie să aveți încredere în potențialul vostru și în puterea de a face munca de vindecare care trebuie să fie făcută.

Părțile formulei pentru transmutare folosite aici sunt:

Intenția: Trebuie să vă mențineți intenția de a vă uita dincolo de defectele familiei voastre, pentru a recunoaște darurile pe care le-ați primit de la străbuni și părinți și pentru a vă asuma propria voastră putere.

Iubire: În spatele fricii și mâniei este întotdeauna iubire.

Familia voastră a avut și ea iubire pentru voi. Trebuie să iubiți și să cinstiți învățătorul din voi.

Armonie: Când priviți calitățile pe care le-ați primit din linia voastră ancestrală vă puneți în armonie cu trecutul vostru. Atunci când recunoașteți că sunteți o ființă cu putere, care poate crea schimbare, vă armonizați cu voi înșivă - armonizându-vă cu puterea universului.

Unime: Calitățile care v-au fost transmise creează unimea cu o linie genetică ce știe cum să supraviețuiască.

Focalizare: Trebuie să vă focalizați asupra darurilor pe care le-ați primit de la strămoși, precum și asupra abilității și potențialului de a transmuta poluarea.

Concentrare: Trebuie să vă concentrați asupra folosirii talentelor primite la strămoși, în loc să le respingeți din cauza provenienței lor. Trebuie să vă concentrați asupra practicilor spirituale potrivite, pentru a vă ajuta să îmbrățișați propria voastră cunoaștere.

Imaginație: Trebuie să vă folosiți imaginația, pentru a vedea dincolo de greșelile strămoșilor și a vă conecta la darurile lor, precum și pentru a vă imagina că sunteți conectați la sursă.





Armonia cu natura interioară și exterioară

Imaginați-vă că mergeți la locul vostru preferat din natură – un loc care vă aduce pace și vindecare. Închideți ochii și respirați adânc, de câteva ori. Imaginați-vă că sunteți în acest loc, în toată plenitudinea voastră. Simțiți frumusețea și pacea acestui loc. Priviți împrejur și vedeți tot ce se află acolo. Ce fel de plante sunt acolo? Sunt și animale împrejur? Sunt și pietre? Este cumva și o apă? Cum arată pământul? Ce culori sunt în jurul vostru? Se vede soarele? Cum e cerul? Este zi sau noapte?

Acum vedeți ce simțiți în acest loc. Simțiți cum aerul vă mângâie pielea. Este călduț sau răcoros? Este uscat sau umed? Este blând sau e vânt aspru?

Cum simțiți pământul sub tălpi? Atingeți-l cu palmele. Cum îl simțiți acum?

Care sunt sunetele naturii? Auziți vântul sau zgomote de animale sau sunete de ape curgătoare?

Simțiți toate miresmele proaspete ale vieții din jurul vostru. Ce mirosiți acum?

Deschideți-vă toate simțurile către acest loc și incorporați-l în voi, pe cât de complet puteți. Simțiți cum energia voastră se extinde. Observați cum mintea vi se liniștește. Simțiți

pacea și vindecarea existente în acest loc. Simțiți cum este să fii în armonie cu tine însuți și cu lumea naturii. Amintiți-vă legătura cu toate ființele vii din acest loc. Nu sunteți singuri aici. Sunteți parte a unui întreg mai mare.

Imaginați-vă că în acest loc se află copacul vostru favorit. Uitați-vă împrejur și găsiți-l. Faceți o plimbare până la copac și, cu inima, întrebați-l dacă e în regulă să stați cu el. Simțiți răspunsul în inima voastră. Când stați cu acest copac, respirați adânc. În timp ce respirați tot mai profund, permiteți-i conștiinței să se unească cu conștiința copacului. Permiteți-i corpului să devină una cu copacul, să se unească cu el.

Simțiți cum e să fii un copac. Permiteți-le rădăcinilor voastre să meargă adânc în pământ, pentru a primi hrana pe care acesta v-o oferă cu generozitate. Imaginați-vă cum ramurile se întind spre Soare, adunând energia Soarelui, crescând către lumină.

Acum sunteți copacul vieții. Considerați-vă pe voi înșivă ca fiind un pod – un pod între Cer și Pământ, prin trunchiul vostru, prin trupul vostru. Acordați-vă atât timp cât e este necesar pentru a fi acest copac.

Atunci când sunteți pregătiți, prin intenție, separați-vă conștiința de conștiința acestui copac. Mulțumiți-i copacului fiindcă v-a lăsat să vă uniți cu el. Amintiți-vă sentimentul de a avea rădăcini adânci, ce primesc hrană și pe acela de a avea ramuri care adună puterea soarelui. Amintiți-vă cum este să fiți un pod între Cer și Pământ. Cu aceste amintiri, permiteți-i conștiinței voastre să alunece încet înapoi, către corpul vostru.





RECONECTAREA CU NATURA

„Nu omenirea este cea care a țesut tapiseria vieții. Noi suntem doar un fir în această țesătură. Orice i-am face țesăturii, nouă înșine ne facem. Toate lucrurile sunt legate împreună. Toate sunt conectate.“

Citat atribuit lui **Chief Seattle**

Armonia este unul dintre elementele cheie ale formulei noastre pentru transmutare. Pentru ca transmutarea bolilor personale și de mediu să se întâmple, trebuie sa fim în armonie cu natura.

După cum ați citit în introducere, adevăratul meu motiv pentru care am scris această carte este acela de a aduce înapoi înțelepciunea veche, pentru a ne ajuta în transmutarea poluării mediului. Pe măsură ce ne-am îndepărtat de spirit și de propria noastră Divinitate, am devenit din ce în ce mai deconectați de alte ființe vii și de natură. Această deconectare a creat majoritatea toxinelor și poluărilor pe care acum e nevoie să le transmutăm, pentru a reuși să supraviețuim.

În toate cărțile mele anterioare am scris despre importanța conectării cu natura, pentru ca adevărata vindecare să poată avea loc. Conectarea cu ritmurile și ciclurile Pămân-

tului este importantă, dacă avem în vedere transmutarea. Nu putem transmuta poluarea mediului, până când nu vom înțelege din nou legătura noastră cu natura, cu ciclurile lunii, cu anotimpurile, cu elementele, cu tot ce este viu. Armonia cu ciclurile Pământului și cu forțele naturii este esențială – deoarece, atunci când intervine deconectarea și dizarmonia față de ele, apare boala.

În călătoriile mele întâlnesc tot mai mulți oameni cu probleme legate de tiroidă. Tiroida este afectată de toxinele de mediu. De asemenea, întâlnesc din ce în ce mai mulți oameni care suferă de alergii și de boli de mediu.

Multe dintre persoanele care se confruntă cu acest fel de boli se simt slăbite. Totuși, este greșit să consideri că aceste boli sunt slăbiciuni. Aceste boli specifice și alergiile nu sunt semne ale unui corp epuizat, ci ale unui corp inteligent, care spune: „Ceva nu este în regulă aici, ceva e în dezechilibru, ceva este poluat".

Astăzi este știut faptul că stresul are un impact negativ asupra corpurilor noastre fizice și asupra sănătății noastre emoționale, dar nu recunoaștem că ignorarea ciclurilor naturii conduce la boli emoționale și fizice. Gândiți-vă la cât de stresant fizic este să înoți împotriva cursului unui râu rapid. Din punct de vedere spiritual, ni se întâmplă același lucru, atunci când mergem zilnic împotriva cursului râului vieții. Imaginați-vă că încercați să opriți cursul unui râu. Viața, ca și natura, se află în continuă mișcare – luna, soarele, creșterea plantelor, creșterea celulelor. Trebuie să învățăm să acceptăm, ca răspuns la acțiunea forțelor naturale care ne mișcă, precum o fac râul, stelele, luna, soarele și vântul. Orice încercare de a stopa ritmul natural al vieții, ne va conduce pe o cale a dizarmoniei.

Corpurile noastre au o inteligență intrinsecă; egourile sunt cele care sunt slăbite și bolnave. Egourile trăiesc cu iluzia nu numai că suntem separați de natură, dar că o și putem controla.

Această credință nu este doar greșită; de fapt, ea ne ucide. Astăzi, cancerul afectează oameni de toate vârstele. În loc să căutăm modalități de a învinge cancerul, de ce nu ne punem la lucru atenția și intenția, ca să descoperim ce anume creează cancerul? Corpurile noastre ne spun că ceva nu e în regulă, dar le ignorăm.

Nu mai putem să ne trăim viețile, mințindu-ne pe noi înșine. Natura ne oferă leacuri pentru a ne vindeca bolile – plantele. Oamenii de știință au descoperit ceea ce șamanii au cunoscut de mii de ani: pentru fiecare boală a oamenilor, există o plantă care o poate vindeca. Și totuși, continuăm să distrugem pădurile în care cresc aceste plante. Știința vrea să ne convingă că substanțele chimice pe care le facem în laboratoare sunt asemănătoare și la fel de bune și că nu avem nevoie de planta vie, în sine.

Să ne gândim puțin. Închideți ochii și centrați-vă. Aduceți în conștiința voastră cuvintele „viață artificială" și apoi „viață din Lumină". Care dintre aceste seturi de cuvinte vă indică mai multă energie? Dintre „artificial și sintetic" și „viață cu Lumină", pe care ați dori să le ingerați, pentru a vă întări forța vitală a corpului? Cereți-i corpului vostru inteligent să ia o decizie. Ce vă spune el?

Cum de ne-am pierdut noi sentimentul de armonie cu mediul? Un motiv evident este acela că, pe măsură ce am avansat tehnologic, ne-am gândit că nu mai avem nevoie sa fim în conexiune profundă cu natura. Avem case cu sisteme de răcire și încălzire, care ne protejează de extremele clima-

tice. Avem magazine de unde ne cumpărăm mâncarea. Avem ceasuri și calendare după care știm ce oră este și cum se schimbă anotimpurile.

Ceea ce percepem ca obligații, a umbrit prioritățile și ceea ce este important. Tindem să trăim vieți pline de stres și cu ritmuri foarte rapide – mai degrabă decât să ne acordăm timpul pentru a fi la unison cu natura. Dar nu poate exista transmutare, fără uniune. Nu numai cu Creatorul trebuie să fim în uniune. Trebuie să ne reconectăm cu natura, pentru a înțelege complet țesătura vieții.

Deconectându-ne de natură, de Pământ – trupul mai mare în care trăim – am devenit din ce mai deconectați de noi înșine. Contează să ne armonizăm cu natura, dar să nu uităm să ne armonizăm și cu noi înșine. Aceasta face parte din țesătura vieții. De aceea am rezervat atât de mult spațiu, în cartea Leac pentru Pământ, vindecării lumii noastre interioare. Lumea noastră interioară are un efect profund asupra lumii exterioare. Vindecarea acelui aspect care nu este în armonie cu partea noastră spirituală și cu Divinul este cea mai mare cheie pentru transmutarea bolilor din noi și din mediu.

În cartea sa Aveți grijă pentru ce vă rugați, Larry Dossey ne învață, printr-o poveste, cât de important este să fim în armonie cu noi înșine, înainte de a putea vedea schimbări în mediul înconjurător

"Richard Wilhem, sinologul care a tradus Secretul florii de aur: Cartea chineză a vieții, precum și alte lucrări, era odată într-un sat chinez îndepărtat, care suferea de o secetă prelungită. Pentru a pune capăt secetei, au fost făcute toate felurile de rugăciuni, dar nimic nu a dat rezultate și oamenii erau disperați. Singura alternativă rămasă a fost să trimită pe cineva

într-o zonă îndepărtată, pentru a chema un binecunoscut aducător de ploaie. Acesta a sosit într-o lectică acoperită și l-a fascinat imediat pe Wilhem. Bătrânul înțelept s-a așezat, a mirosit aerul cu dispreț, apoi a cerut să-i fie pusă la dispoziție o colibă de la marginea satului. El a insistat să nu fie deranjat, iar mâncarea să-i fie lăsată în fața ușii. Vreme de trei zile, nimeni nu a auzit nimic de la el, apoi satul s-a trezit cu o ploaie torențială amestecată cu zăpadă - lucru nemaiauzit pentru acea perioadă a anului.

Wilhem, foarte impresionat, s-a apropiat de bătrân, care acum ieșise din izolare. „Deci puteți aduceți ploaia?", a întrebat el. „Bineînțeles că nu", a râs bătrânul. „Dar tocmai ați venit după cea mai lungă secetă de până acum", a obiectat Wilhem, „și după trei zile a plouat!?" „O", a răspuns bătrânul, „asta a fost cu totul altceva. Vezi, eu vin dintr-o regiune în care totul e în ordine - plouă atunci când trebuie să plouă, când e nevoie, iar oamenii sunt de asemenea în ordine, în ei înșiși. Dar nu la fel a fost cazul cu oamenii de aici. Ei erau cu toți în afara lui Tao și în afara lor înșiși. Când am ajuns, am fost imediat afectat de asta, așa că a trebuit să stau departe, până când am intrat înapoi în Tao - și apoi, natural că a plouat!"

„Sătenii", a spus aducătorul de ploaie, „încercau să învingă clima, să o învingă, în loc să caute rezolvarea în interiorul lor."[1]

Printre oamenii națiunii Salish, care trăiesc în zona de nord-vest a Pacificului, cuvântul skalatitude este folosit pentru a descrie cum este viața, atunci când există o adevărată frăție cu natura: „Atunci când oamenii și natura se află în armonie perfectă, farmecul și frumusețea sunt peste tot".[2]

Pe măsură ce consolidați relația cu Divinitatea, veți vedea că munca de transmutare va lua un curs natural și plin de grație. Atunci când vă conectați cu natura, veți vedea că aceasta este întotdeauna în armonie cu ea însăși.

CUM SUNTEM DE AJUTOR?

Într-o zi, am călătorit pentru a primi sfaturi despre ceea ce am de făcut ca să mă reîntorc la o viață în armonie cu natura. Am avut o călătorie surprinzătoare, pentru că am descoperit o particularitate nouă a acestui aspect al muncii mele. La început mi s-a arătat imaginea unui pui de ciobănesc german. Eu ador ciobăneștii germani. Cățelul era foarte iubitor și simțeam și eu că îl iubesc. Știți cum stau lucrurile cu cățelușii. M-am întrebat dacă nu cumva spiritele doreau să aduc în viața mea un cățel. Dar nu, ele doreau să primesc un mesaj.

Mesajul era că scopul oamenilor este de a oferi îngrijire. Natura sufletului uman este acela de a îngriji pe cineva. Atunci când o facem cu adevărat, nu folosim energia noastră. Atunci când îi îngrijim pe alții din iubire și nu pentru că e nevoie, deschidem vălurile dintre lumi, pentru a lucra în parteneriat cu spiritele. Mulți dintre noi acționăm precum copiii și luăm tot timpul. Ucidem animale și plante pentru noi înșine, fără a cinsti viața care le-a fost dată – și nu dăm nimic înapoi. Acceptând mâncărurile modificate genetic, continuăm să ne pierdem legătura cu natura și cu adevărata înțelegere a ce înseamnă să ai grijă de cineva.

Este timpul să ne maturizăm și să avem grijă, cu iubire. Dacă nu ne folosim abilitatea de a-i îngriji pe alții, suntem blocați. Ajungem la boli și depresie. Spiritele mi-au spus că dacă oamenii ar înțelege cu adevărat acest concept, nu ar mai avea

nevoie de antidepresive. Cred că foarte mulți oameni, mai ales în profesiile care îi ajută pe alții, se gândesc că ei îngrijesc, dar ei trăiesc de multe ori într-o iluzie legată de acest aspect. Deseori ei nu-i îngrijesc pe alții, cu o atitudine pură.

În Recuperarea Sufletului am scris despre o călătorie șamanică în care am întâlnit un delfin foarte bătrân, iar el mi-a spus: „Singurul dar specific omului, pe care nu îl au alte animale, este abilitatea de a transmite lumină prin mâinile sale".[3] Este timpul să lăsăm ca Lumina din interiorul nostru – care este o reflexie a Luminii Divinității – să treacă prin noi, astfel încât să putem fi în serviciul planetei pentru a o îngriji.

Am venit aici pentru a fi îngrijitorii Pământului. Acum, noi ne-am uitat misiunea. Făcându-ne treaba, vom înțelege cu adevărat echilibrul dintre a da și a primi, iar spiritele vor veni aici pentru a lucra în parteneriat cu noi. Acesta este destinul nostru.

CUM SUNTEȚI ÎNGRIJIȚI?

În secțiunea anterioară, am scris despre cum putem să avem grijă de noi înșine, din punct de vedere emoțional și spiritual, prin înfăptuirea destinului nostru de a fi îngrijitori ai Pământului. Trebuie să vedem și cum să fim îngrijiți în plan fizic. Tot ceea ce este viu are nevoie de hrană, pentru a crește și a înflori. Pământul primește nutrienți de la Soare, de la apă și plante moarte, de la insecte și animale. Aerul și apa își schimbă compoziția, în funcție de nutrienții pe care îi primesc. Focul trebuie să fie hrănit cu combustibil, pentru a continua să ardă.

Tot ceea ce este viu mănâncă și își schimbă compoziția prin hrană. Totuși, nu acordăm suficientă atenție alimentației care ne susține starea de bine. În trecerea noastră grăbită

prin viață, tindem să punem hrana la sfârșitul listei de priorități. Cumpărăm mâncăruri pe care le putem găti și mânca imediat, fără a avea grijă de ce conțin, de cum au fost preparate, de ce calitățile nutritive și energetice au, sau de spațiul pe care îl creăm pentru a mânca. Mâncăm tot atât de multe toxine, cât și nutrienți și apoi ne întrebăm de ce sănătatea noastră are de suferit.

Încercăm să suplinim golul din hrana spirituală, emoțională și fizică prin colecționarea de obiecte materiale, crezând că vom primi îngrijire în acest fel. Toată viața este hrănită, susținută și înflorește prin iubire. Tot ce crește într-un mediu iubitor – plante, animale și oameni – înflorește. Cu toate că uneori putem supraviețui într-un mediu artificial, care nu ne ajută, întrebarea adevărată este: oare putem înflori acolo?

Înainte ca o prietenă să moară de cancer, ea mi-a împărtășit faptul că niciodată nu a considerat că trupul ei ar fi un templu. A ajuns la această idee înainte de moarte – dar era prea târziu. Această metaforă – corpul este un templu – este folosită în multe culturi. Până la urmă, corpul poartă spiritul nostru Divin, fiind în același timp o manifestare, în sine, a Divinității. Este important să ne cinstim corpul și să-l susținem, în orice moduri putem.

Exerciții:

Iată câteva întrebări asupra cărora să meditați, pentru a începe să vedeți modul în care îi îngrijiți pe alții și pe voi înșivă.

Cum vă îngrijiți pe voi înșivă, pe alții, Pământul? Vă vedeți a fi o persoană care are grijă de Pământ? Dacă răspunsul este nu, atunci aveți mai mult de lucru.

Ce înseamnă pentru voi cuvintele „cel care are grijă de Pământ?" Ce metafore puteți folosi pentru a descrie semnificațiile acestei sintagme? Cum ați putea să vă folosiți energia creativă, pentru „a fi în serviciu" și „a îngriji"?

Când îngrijiți pe cineva, o faceți mai mult din nevoie, sau din iubire adevărată și pură? Puteți să vă gândiți la un moment în care ați oferit ceva, într-un mod pur și necondiționat? Cum v-ați simțit după aceea?

Ce schimbări puteți face în munca și în viața voastră, pentru a ajunge într-un loc adevărat al susținerii – a voastră însivă și a altora?

Cum vă hrăniți? Observați dacă mâncarea vă aduce nutrienții necesari pentru a umple fiecare celulă cu lumină, energie, putere și viață .

Atunci când mâncați, vă întrebați dacă acea mâncare vă este benefică?

Alocați timp și grijă pentru a cumpăra alimentele care sunt bune pentru voi? Alocați timp și iubire pentru a prepara mâncarea? Creați un mediu plin de pace, în care să mâncați? Vă relaxați, atunci când mâncați? Dacă răspunsul la oricare dintre aceste întrebări este nu, scrieți o listă de priorități pe care le considerați a fi mai importante. Oare, ele sunt cu adevărat mai importante decât sănătatea și starea voastră de bine?

Este posibil să nu putem controla tot ceea ce ingerăm, întrucât atât de mult din mâncarea noastră este afectată de toxinele din sol și din mediu. Atunci este nevoie să ne bazăm pe abilitățile noastre de transmutare. O ceremonie pentru a lucra cu mâncarea este dată în partea a VI-a: „Ceremonii pentru transmutare".





LUCRUL CU CICLURILE ȘI RITMURILE DIN NATURĂ

Una dintre ideile principale din cartea Leac pentru Pământ este faptul că suntem prinși în iluziile pe care le-am creat; visăm visul greșit. Am trecut de la trăirea unei vieți complet conectate la forțele minunate ale naturii, la trăirea într-o societate științifică, tehnologică, condusă de mintea rațională. Faptul că suntem conduși numai de mintea rațională ne-a limitat viziunea, așa că nu a mai rămas multă trăire spirituală în viața noastră. Acesta este unul dintre motivele pentru care a lucra cu metaforele este un lucru atât de vindecător – aceasta ne aduce trăire spirituală în modul în care percepem lumea, exprimând gânduri și emoții pe care poveștile „adevărate" nu le pot exprima. Pentru a supraviețui în societatea noastră, ne-am făcut mai „mici" din punct de vedere spiritual. Am învățat să nu ocupăm prea mult spațiu. Aceasta este o cauză a bolilor fizice și, în mare parte, a depresiei și a anxietății pe care le trăim astăzi. Nu știm cum să lucrăm cu focul creativ ce arde în interiorul nostru.

Un leac al depresiei și anxietății este să ne extindem energia, iar pentru a face aceasta trebuie să ne folosim toate simțurile. Trăim într-o cultură obsedată de stimularea și informația vizuală. Dar vederea nu este cel mai evoluat simț al nostru. Trebuie ca să simțim, să auzim, să mirosim și să gus-

tăm din nou viața din jurul nostru. Aceasta va ajuta la extinderea energiei noastre și ne va permite să percepem lumea din care facem parte.

Natura ne poate învăța cum să ne mișcăm dincolo de vălurile iluziei și cum să ajungem înapoi la o viața plină de adevăr.

Pentru a putea face asta, trebuie să ne conectăm cu ciclurile lunii și cu schimbările anotimpurilor. Pe măsură ce privim cum luna și soarele se mișcă pe cer și modul în care aceste mișcări se modifică odată cu schimbarea anotimpurilor, devenim din nou parte a tapiseriei vieții. Pe măsură ce învățăm să ne deschidem toate simțurile, putem prezice schimbările anotimpurilor care vor veni, fără a avea nevoie de un calendar. Pe măsură ce trăim fluxul și refluxul naturii, vom învăța că nu suntem niciodată blocați din punct de vedere creativ, ci suntem parte a unui proces natural. Pe măsură ce trăim complet ceea ce se întâmplă în mediul nostru, în timpul schimbărilor de anotimpuri, ne reamintim că o lecție importantă pentru noi este aceea că toată viața înseamnă, de fapt, schimbare. Noi am creat rutine rigide, care ne solicită și care ne blochează conectarea la natură. E nevoie să învățăm cum să curgem odată cu energia, în loc să suferim din cauza ei. În timp ce sărbătorim schimbările aduse de anotimpuri, să ne reamintim că schimbarea însăși trebuie primită cu bucurie, nu cu frică. Se pune întrebarea dacă sărbătorile antice legate de ciclurile lunii și ale soarelui erau cu adevărat ritualuri primitive, pentru adorarea zeilor falși. Eu nu cred asta. Sărbătorirea schimbărilor anotimpurilor este un mod în care să onorăm și să ne armonizăm cu ciclurile Pământului care ne guvernează. Onorarea ciclurilor lumii exterioare ne dă puterea de a recrea această armonie în inte-

riorul nostru și, prin extindere, în comunitățile noastre. Iar pe măsură ce vedem frumusețea din toate lucrurile, vălurile iluziei încep să se ridice și putem să descoperim din nou farmecul vieții. În acest fel, ne armonizăm cu noi înșine, cu Pământul, cu bucuria absolută a creației.

LUNA

Marea lună rotundă se învârte continuu în jurul Pământului – uneori vizibilă, iar alteori invizibilă. Ea poate să aibă un halo argintiu sau poate părea a fi de aur și strălucește deasupra noastră, ca un glob luminos gigantic. Uneori o putem să vedea și spre sfârșitul zilei. Partea vizibilă are forme diferite, în funcție de diferitele ei faze. Uneori dispare complet și apoi reapare, spre minunarea noastră, ca o mică felie de lumină pe fundalul nopții.

În realitate, Luna nu arată așa cum o vedem noi; strălucirea sa colorată vine de la reflectarea soarelui pe suprafața ei. Luna plină se găsește mai sus pe cer, în timpul iernii și mai jos în timpul verii. Energia magnetică a lunii produce mareele, influențează creșterea plantelor și ciclurile vieții. De mii de ani, oamenii de pe Pământ au trăit în concordanță cu ciclurile lunare. Se știe că strămoșii noștri o urmau pentru lucrările agricole, sau că beneficiau de efectele pe care fazele lunii le are asupra îngrijiri personale; în timpul cărei faze a lunii e bine să-ți tai părul; cum să faci să dispară un neg, frecându-l cu o felie de cartof și îngropând-o apoi pe lună plină. Almanahul fermierului (Farmer's Almanac) este plin de astfel de sfaturi.

De la începuturile timpului, au fost create cântece, poeme și ceremonii pentru a cinsti Luna. Unele culturi îi spun Lunii „Bunica Lună", iar altele „Bunicul Lună". Cân-

diți-vă la toate cântecele și poveștile din timpurile moderne, despre omul din lună. Pentru unii, luna îmbracă o energie feminină; pentru alții ea este masculină. Dar luna deține toate aceste energii. Ea este atât masculină, cât și feminină, și proiectăm anumite calități asupra lunii, în funcție de ceea ce avem nevoie în momentul respectiv.

Întrucât corpul nostru este format în cea mai mare parte din apă, energia magnetică a lunii va avea un efect diferit asupra stării și a energiei noastre, în fiecare fază a ei. Energia lunii în scădere ne va afecta altfel decât energia lunii în creștere. Pentru a merge în fluxul râul vieții, mai degrabă decât contra sa, avem nevoie să descoperim în timpul căror faze suntem mai introvertiți și care faze susțin mai bine manifestarea noastră creativă în societate.

EXERCIȚII

Este important să nu folosim interpretarea altcuiva asupra modului în care trebuie să ne simțim în diferitele faze ale lunii. Este un lucru pe care trebuie să-l descopere fiecare. Cum se coordonează propriul vostru ritm, cu ciclurile lunii? Iată câteva moduri de a afla.

Cel mai bun mod de a descoperi efectul pe care îl are Luna asupra voastră este să observați și să vă notați stările emoționale și nivelele energetice, în fiecare fază a ei. Observați diferența dintre momentele când luna e în scădere și când în e creștere. După ce ați făcut aceasta, vreme de câteva luni, citiți din nou, pentru a observa modelele. Faceți notări foarte simple. Folosiți doar câteva cuvinte, care să vă ajute să vă amintiți stările emoționale și nivelele de energie. Notați în ce fază vă simțiți mai retrași, mai introvertiți și când sunteți mai extrovertiți, mai deschiși către societate. Notați

când ați avut nevoie de mai mult somn și aveați foarte puțină energie și când nivelul vostru energetic era înalt și v-ați simțit motivați să fiți creativi. Notați dacă v-ați simțit fericiți și împăcați, sau deprimați și morocănoși. Notați calitatea somnului la diferitele faze ale lunii, inclusiv dacă era superficial sau adânc. Notați dacă vi se schimbă calitatea viselor, odată cu fazele lunii. Nu scrieți despre evenimentele zilei. Folosiți doar cuvinte cheie, care vă vor ajuta să descifrați ritmurile.

După ce veți descoperi aceste modele, încercați să vedeți cum vă puteți schimba viața pentru a vă armoniza cu ciclurile lunii. Schimbați-vă obiceiurile, astfel încât să vă armonizați cu propriul vostru ciclu lunar. Iată câteva exemple: alocați-vă mai mult timp, atunci când energia lunii vă determină să vă interiorizați; programați evenimentele sociale, atunci când energia vă ajută să fiți extrovertiți; explorați-vă viziunile, atunci când energia creativă este atrasă spre interior și acționați și puneți proiectele în mișcare, atunci când vă simțiți extrovertiți.

Folosind scrierea automată, scrieți o poveste despre ciclurile voastre și fazele lunii.

Folosiți metodele de la capitolele anterioare, pentru a intra într-o stare foarte relaxată și meditativă. Vizualizați luna care se află deasupra voastră, pe cerul nopții. Vorbiți cu luna, adresându-i întrebări despre modul în care puteți să vă armonizați cu ciclurile sale.

Meditați asupra următoarelor întrebări:

Cum sunt eu îngrijit de către lumina lunii?
Cum este susținută evoluția mea, de către lumina lunii?
Folosind principiul lui „Precum sus asemenea și jos; precum în interior asemenea și în exterior," cum pot eu să aduc lumina lunii din interiorul meu?

SOARELE

Oamenii au sărbătorit și au adorat dintotdeauna puterea soarelui. Fără lumina soarelui care să ne îngrijească, nu ar exista viață. Egiptenii îi aduceau omagii regelui soarelui, Ra, care a făcut ca lumea să fie luminoasă și strălucitoare. Populația Saami, din Europa de Nord, credeau în puterea vindecătoare a soarelui, iar șamanii invocau această putere, în vindecările pe care le făceau; multe culturi adorau astrul zilei. Soarele înseamnă viață – iar această forță a vieții poate fi invocată pentru vindecare. Soarele a fost adorat pentru lumina pe care o dăruia la toate nivelele. Manly Hall spune că soarele reflectă lumina soarelui spiritual invizibil – adevărata sursă de lumină.[1]

Caroline Casey adaugă următoarea idee, în legătură cu modul alchimic de a lucra cu soarele:

> *„În alchimie, Marea Operă este numită Lucrarea Soarelui și reprezintă cultivarea completă a personalității umane, ca vas translucid prin care poate străluci viața.*
>
> *Aurul viu despre care au vorbit alchimiștii se manifestă prin energia radiantă a Soarelui. Soarele este farul care ne ghidează, reamintindu-ne că suntem reîncarnarea tuturor zeilor. Toate planetele, toți zeii și toate forțele psihicului nostru reflectă lumina Soarelui."[2]*

Dovezile științifice recente ne arată că unul dintre motivele pentru căderea Egiptului, Babilonului și Romei a fost coliziunea cu comete sau fragmente de comete, iar exploziile au făcut ca praful și fumul să acopere soarele, coborând temperaturile și cauzând foamete.

În cartea sa CatastropHe: A Quest for the Origins of the Modern World (Catastrofa: O cercetare a originilor lumii moderne), istoricul britanic David Keys vorbește despre perioada în care soarele a devenit întunecat, vreme de doi ani, începând cu 535 î.Hr., ceea ce a afectat tot ceea ce este viu, din California până în Irlanda și Siberia, distrugând viața în Italia, China și Orientul Mijlociu.

Cercetarea a arătat că astfel de dezastre de mediu s-au mai întâmplat și în jurul anilor 3200 î.Hr., 2300 î.Hr., 1628 î.Hr. și 1159 î.Hr. În timpul acelor vremuri, civilizația a fost ștearsă de pe fața Pământului.[3]

Depindem de soare, pentru a trăi. Fără soare, nu avem nicio sursă de hrană. Avem nevoie de hrană. Soarele nu ne asigură doar hrana; ciclurile soarelui ne guvernează anotimpurile. Prin observare, oamenii au fost capabili să se pregătească pentru schimbările ce survin pe parcursul diferitelor anotimpuri. Noi nu mai suntem buni observatori ai vieții vegetale și animale din jurul nostru, care ne arată schimbările de anotimpuri. Ne bazăm pe calendare și pe predicțiile din buletinele meteo, ca să aflăm ce fel de anotimp vom avea. Nu mai suntem conectați la natură, lucru care ne-ar fi hrănit sufletele, ne-ar fi refăcut instinctele naturale și ne-ar fi întărit intuiția.

Atunci când lucram ca psihoterapeut, eram uimită de cât de mulți clienți spuneau că toamna simt ca și cum ar muri. Îi întrebam dacă s-au uitat afară ca să vadă ce se întâmplă în natură. În viețile noastre avem multe mici morți; aceste morți sunt necesare, pentru ca noi să continuăm să creștem și să evoluăm. Murim tot timpul, pentru a putea trăi. Tot ceea ce este viu are cicluri ale morții, astfel încât viața să poată continua. Nu putem opri aceste mici morți sau schimbări din natură, fără consecințe. Regenerarea este o parte a

vieții. Întrucât nu știm întotdeauna care dintre aceste mici morți se încadrează în destinul nostru, trebuie să avem încredere și credință în spiritul nostru și în puterea universului, pentru a ne ajuta să ne eliberăm de ceea ce nu ne mai folosește. Singurul nostru rol în acest proces este de a fi precum copacul, care își amintește adevărata sa natură și își lasă cu recunoștință frunzele să cadă și să se întoarcă în pământ.

În timpul iernii, ceea ce a murit hrănește pământul. Zăpada și frigul îi permit, de fapt, unui „cuptor" să ardă în interiorul Pământului, ceea ce le dă semințelor capacitatea de a se desface primăvara. Primăvara vine când ultimul îngheț al iernii dispare și atunci vedem cum o nouă viață capătă formă. Asta ne amintește că, odată cu tot ceea ce moare și se schimbă, se nasc noi începuturi. Ne pregătim să plantăm din nou semințe, care vor fi hrănite de căldura pământului și de lumina soarelui, din care se vor dezvolta legume, fructe și flori, care ne vor furniza hrană la toate nivelurile. Vara, ne bucurăm de fructele trudei noastre. Viața e la nivel maxim. Este vremea strângerii recoltei pe care ne-a oferit-o pământul și puterea luminii solare, pentru a ne ajuta să trecem prin vremurile întunecate ce ne așteaptă.

Viața sălbatică își schimbă și ea comportamentul, odată cu mișcarea soarelui și a anotimpurilor. Vântul își schimbă caracteristicile cu fiecare anotimp, la fel ca temperatura, umiditatea și mirosul aerului. Culorile cerului, precum și pozițiile soarelui și ale lunii se schimbă. Pe măsură ce mediul nostru și lumina soarelui se schimbă, la fel se întâmplă și cu starea noastră și cu nivelul nostru energetic.

Dacă trăim în concordanță cu legile naturii, vom observa că în timpul fiecărui anotimp necesitățile noastre de trai, de somn și de hrană sunt diferite. Pentru a merge odată

cu fluxul râului vieții, nu putem să păstrăm aceeași rutină, timp de 365 de zile pe an – dar mulți dintre noi încearcă. Aceasta este contrar legilor naturii.

EXERCIȚII

Observarea este cheia pentru a învăța modul în care ciclurile soarelui ne afectează pe noi și restul vieții. Dacă trăiți în oraș, ar fi recomandabil să ieșiți într-un mediu natural, pentru a studia schimbările anotimpurilor.

Observați ce animale sălbatice sunt mai active în zona voastră, la anumite momente ale anului. Observați cum se comportă la schimbarea anotimpurilor. Observați care păsări migrează în regiunea unde locuiți și în ce momente. Învățați cum să deosebiți schimbările anotimpurilor, în funcție de ceea ce se întâmplă cu plantele. Simțiți schimbările calității aerului și învățați mirosurile și gusturile fiecărui anotimp. Atingeți pământul, observați cum îl simțiți în fiecare anotimp. Observați vântul, ploaia și zăpada. Observați schimbările de temperatură. Folosiți elementele pe care le vedeți, simțiți, mirosiți și gustați, pentru a vă informa de schimbările anotimpurilor.

Pe măsură ce vi se dezvoltă abilitățile de observare, veți fi capabili nu doar să preziceți sosirea unui nou anotimp, dar și să spuneți cum va fi – o toamnă lungă sau scurtă, o iarnă blândă sau grea, o primăvară ploioasă sau secetoasă, o vară cu temperaturi moderate sau toride. Procedând astfel, aveți numeroase beneficii. Veți fi din nou parte a naturii și veți readuce în viață frumusețe, profunzime, bogăție, pe măsură ce observați schimbările din jurul vostru.

Observați-vă pe voi înșivă, de-a lungul anotimpurilor. Cum vi se schimbă nivelul de energie și nevoile de somn? Ce

feluri de mâncare vă atrag, în diferitele momente ale anului? Când doriți să fiți mai introspectivi și când doriți să socializați mai mult? Aveți nevoie de odihnă mai multă, pentru a vă regenera? Când doriți să începeți proiecte creative? Când aveți nevoie de o perioadă de timp pentru a le pregăti? Când vă vedeți realizându-le?

Ce schimbări e nevoie să faceți în viața și în activitățile voastre, pentru a susține și hrăni schimbările aduse de anotimpuri în voi? Cum puteți să vă acordați din nou la forțele naturii, care vor schimba stilul vostru de viață – dintr-unul lipsit de armonie, într-unul armonios?

Data viitoare când încercați un proiect creativ, folosiți ceea ce ați învățat din observarea anotimpurilor. Vedeți întâi de ce anume aveți nevoie pentru a pregăti și hrăni terenul propice. Sărbătoriți și recompensați-vă, atunci când vedeți cum fructele muncii voastre cresc într-un mod natural.

Natura este pur și simplu spectaculoasă; frumusețea și complexitatea vieții te lasă fără cuvinte. Faceți o plimbare, admirând și apreciind lumea naturală. Ieșiți și îmbăiați-vă în frumusețea naturii din jurul vostru. Pe măsură ce vă aflați într-o stare de profundă apreciere pentru frumusețea pe care o vedeți, radiați propria lumină către viața din jurul vostru, pășind în rolul vostru de îngrijitor al Pământului.

Veți observa că, pe măsură ce începeți să vă armonizați cu ciclurile lunii și ale soarelui, natura vă va ajuta să înțelegeți fluxul și refluxul. Asigurați-vă că aveți grijă de voi înșivă și că vă hrăniți propria Lumină.

Gândiți-vă ce înseamnă aceasta pentru voi și cum puteți să vă îngrijiți cel mai bine, propria strălucire.

Gândiți-vă la voi înșivă, ca la o plantă care crește. O plantă face flori frumoase, atunci când are energia necesară.

Cu cât e mai bine hrănită, cu atât îi trebuie mai puțină energie suplimentară pentru a crește. Dacă aveți nevoie de mult efort pentru a evolua, încercați să găsiți hrana de care aveți nevoie.

Aceasta este responsabilitatea voastră. Râul vieții vă va purta prin multe locuri, dar trebuie să vă hrăniți singuri, de-a lungul drumului. Nu vă așteptați să aveți energie, să fiți creativi și productivi tot timpul.

Amintiți-vă faptul că natura sufletului uman este aceea de a avea grijă de Pământ. Trebuie să învățați cum să hrăniți și să sprijiniți propria voastră Lumină, astfel încât să puteți fi un îngrijitor al Pământului.





LUCRUL CU ELEMENTELE

În noi, dar și de jur împrejurul nostru, există elementele pământ, aer, apă, foc. Corpurile noastre sunt pământul spiritului nostru. Sângele este canalul prin care sunt transportate elementele care ne hrănesc corpul. Focul arde adânc în noi, păstrând vie scânteia de viață, reflectând focul adânc ce arde în interiorul Pământului. Aerul pe care îl inspirăm din exterior este esențial pentru continuarea vieții. Putem trăi fără mâncare sau apă timp de câteva zile, dar fără aer putem supraviețui doar câteva minute.

Pământul este corpul care ne asigură baza pentru a merge și pentru a trăi, precum și vegetația de care avem nevoie pentru a ne susține trupurile. Plantele se hrănesc cu substanțe nutritive prin rădăcini, iar aceste substanțe ne sunt transferate și nouă. Focul din interiorul Pământului păstrează forța sa vitală aprinsă. Puterea strălucitoare a soarelui arzător dă putere plantelor – putere de care beneficiem și noi. Puterea soarelui stimulează viața, lumina și creșterea pe multe nivele. Cu toții știm ce ni se întâmplă, atunci când nu vedem soarele, timp de câteva zile. Unii oameni intră în stări emoționale și fizice depresive, dacă puterea luminii – care ne hrănește trupurile, mințile și sufletele – nu este prezentă.

Apa înseamnă viață. Acolo unde nu există apă, nu există viață. Fiecare formă de viață de pe planeta aceasta are

nevoie de apă, pentru a supraviețui. Apa ne aduce substanțele nutritive pentru celulele noastre și, în același timp, ne curăță de toxine. Când mă gândeam să merg în primul meu pelerinaj în Egipt, am făcut o călătorie șamanică la învățătoarea mea spirituala, Isis, pentru a-i cere sfatul.

Ea era foarte emoționată de dorința mea de a o vizita acasă. La sfârșit, mi-a lăsat un mesaj care m-a intrigat: „Puterea unui loc constă în apa care îl traversează". Știam că se referă la fluviul Nil, patria ei. Dar acest mesaj m-a făcut să analizez problema apei care îi dă putere unui anumit loc. Cunoaștem puterea evidentă pe care oceanul și râurile o aduc unor locuri, precum și faptul că oamenii se înghesuie în locațiile unde pot simți aceste forțe grozave. Dar chiar și în zonele deșertice, puterea apei poate fi adusă în pământ, prin canalele adânci de irigații care le străbat.

Locuind în Santa Fe, trăiesc experiența unei puteri foarte adânci și tăcute a pământului. Aici apa curge și ea adânc și tăcut, prin pământ. Mi-am dat seama că cineva ar putea să identifice anumite calități ale puterii, privind la sursele de apă care hrănesc pământul.

Aerul nu este folosit numai pentru respirație, ci este și un purtător al formelor de viață, dintr-un loc în altul. Mișcarea aerului – de la adieri, la vânturi puternice – transportă polen și semințe, creând viața vegetală. Substanțele hrănitoare sunt transportate prin aer, care hrănește pământul și apa, precum și focul din adâncurile pământului. Popoarele ancestrale credeau că vântul era purtătorul de mesaje către toate formele de viață de pe Pământ. Vântul semnalează schimbările vremii și ale anotimpurilor. Vântul ne poate elibera de o anume poluare.

Interconexiunea dintre toate lucrurile din natură este cu adevărat minunată. Și, pentru a continua cu una dintre temele principale ale acestei cărți – cum e sus, asemenea e și mai jos; precum înăuntru, așa și în afară – putem examina și evalua modul în care elementele sunt împreună cu noi, la mai multe nivele. De asemenea, putem învăța că elementele sunt ființe vii și trebuie tratate ca atare.

Dacă ne-am imagina că suntem vizitatori pe Pământ și observăm comportamentul ființelor umane, sigur ar apărea câteva întrebări:

- *De ce oamenii aruncă substanțe chimice și toxine, pe pământul care le furnizează hrana, intoxicând astfel mâncarea?*
- *De ce oamenii aruncă substanțe toxice și otrăvuri în apă, care apoi ajunge în hrana ce crește, fiind absorbită de fiecare celulă din corp?*
- *Cum poate apa vieții să curețe celulele și organele corpului, atunci când apa în sine este toxică?*
- *De ce oamenii eliberează agenți de poluare în aer, pe care apoi îl respiră?*
- *De ce oamenii poluează aerul, lucru care afectează soarele, dătătorul de viață?*
- *De ce oamenii otrăvesc elementele, care sunt ființe vii?*
- *Mă întreb cum ați vedea comportamentul acestor oameni, dacă ați fi un turist din altă galaxie.*

Deși elementele sunt ființe vii, ele sunt de asemenea energie neutră. Atunci când se întâmplă un cutremur, pământul nu ia în considerare impactul său asupra oamenilor, incendiile nu ard case din cauza problemelor personale, inundațiile nu au un program anume, iar vântul bate, pur și

simplu, fără să se gândească la efecte. Forțele naturii sunt întotdeauna în armonie și, în același timp, neutre.

În viața mea am primit lecții și experiențe extreme despre neutralitatea elementelor. La începutul anilor 1970, am fost copleșită de puterea oceanului și am avut o experiență în preajma morții, prin înecare. Către sfârșitul anilor 1970, lucram ca pompier forestier pe timpul verii și am învățat despre puterea focului. La începutul anilor 1980, am fost aproape ucisă de o stâncă de opt tone, care a zburat la vale de pe muntele Shasta, în timp ce eu îl urcam. Iar mai târziu, tot în 1980, am fost într-un avion care și-a pierdut controlul în cursul aterizării, din cauza vântului. În toate aceste ocazii, am simțit cum elementele trăiesc și se mișcă prin lumea noastră – precum și forța din spatele lor.

Putem învăța foarte multe din studiul elementelor. Pe măsură ce le observăm în jurul nostru, înțelegem cum se mișcă ele prin noi. Pe măsură ce înțelegem cât de esențiale sunt elementele pentru sănătatea noastră, vom începe să cinstim tot ceea ce ne aduc ele și vom deveni îngrijitori mai buni ai Pământului. Pe măsură ce înțelegem că elementele sunt ființe vii, vom ști cum să avem grijă de ele. În același timp, e nevoie să învățăm cum să transmutăm toxinele și otrăvurile care poluează toate elementele din exteriorul și din interiorul nostru.

EXERCIȚII

Pentru început, observați elementele din jurul vostru. Explorați pământul pe care trăiți, cunoașteți-vă sursele de apă, priviți la modul în care apa care curge prin pământ afectează calitatea solului, inspirați aerul, absorbiți puterea soarelui care reprezintă elementul foc. Simțiți cât de vii sunt ele.

Oferiți-le acestor surse de viață un mic dar de mulțumire pentru viața voastră. În America de Nord, tutunul pur sau făina de porumb erau folosite ca ofrandă. Unele culturi dăruiesc orez, altele oferă lavandă, iar altele mâncare – în special dulciuri. Gândiți-vă despre ce v-ar place să dăruiți din inimă – ceva ce are înțeles pentru voi. A onora elementele în acest fel va stabili o relație cu această parte a țesăturii vieții.

Un mod puternic de a învăța despre elemente este să ne unim individual, cu fiecare dintre ele. Pentru a face aceasta, trebuie să intrați într-o stare profund de meditație – stare în care să deveniți una cu elementul cu care vă uniți. Acesta este un proces în care le permiteți lucrurilor să se întâmple; nu puteți să faceți aceasta cu mintea, ci trebuie să trăiți experiența.

Ca apă, puteți deveni un strop de ploaie sau o lacrimă ce curge pe un obraz, sau puteți deveni însuși oceanul, sau un strop dintr-un râu care trece printr-o cascadă; ați putea deveni o ceață fină care aduce viață plantelor, un stop de rouă pe o frunză sau un fulg de zăpadă.

Ca aer, ați putea deveni vântul, sau ați putea fi nemișcarea tăcută a aerului dintr-o zi perfectă de vară, sau o briză blândă care se mișcă prin ierburi și copaci, sau rafalele de vânt care se mișcă prin peisaj.

Ca pământ, ați putea fi un grăunte de nisip ce se mișcă prin eternitate, sau o bucată de pământ care este hrănită cu nutrienți de către celelalte elemente. Ați putea deveni pământul unui deșert, al unei insule tropicale sau al unei jungle.

Ca foc, ați putea deveni un foc intens sau mica flacără luminoasă a unei lumânări aniversare, sau a unei lumânări care arde la o cină romantică, focul dintr-un vulcan.

Faceți acest exercițiu de mai multe ori, în timp. Nu încercați să vă uniți cu toate elementele, într-o singură zi, pentru că astfel nu veți avea timp să procesați materialul, să primiți învățătura de care aveți nevoie. Ați putea alege să lucrați cu un element vreme de o lună, sau într-o sesiune de lucru anume.

Eu am trăit experiența transmutării toxinelor din apă. În workshop-urile mele folosesc exercițiile unirii cu apa, ca pe o pregătire pentru ceremonia noastră (vezi Epilogul). Oamenii mi-au povestit că această muncă le-a schimbat relația cu apa, întrucât unirea cu apa i-a lăsat cu sentimentul inefabil că apa este o ființă vie. Am primit scrisori de iubire/ură pe acest subiect, întrucât unii nu mai pot să spele vasele sau să tragă apa la toaletă, sau să privească valurile oceanului, fără să fie conștienți de faptul că interacționează cu o ființă vie. Acesta este, de fapt, efectul la care încercăm să ajungem.

În unirea cu elementele, învățăm faptul că mișcarea este cea care ține elementele sănătoase. De exemplu, pe măsură ce poluăm apa, mișcarea moleculelor este încetinită, ceea ce micșorează forța sa vitală, sănătatea și puritatea. Poluarea blochează energia; energia vitală întotdeauna e în mișcare.

Dacă în timpul unei plimbări în natură, ne deschidem pentru a primi un mesaj de la pământul pe care călcăm sau din aerul din jurul nostru, acesta vine. Ce mesaj ne aduce o briză, sau vântul, ce mesaj vine de la un curs de apă lângă care stăm, sau de la un foc lângă care putem medita, privind flacăra unei lumânări sau flăcările unui foc de tabără?

Putem primi mesaje din natură, dar pentru asta trebuie să ne liniștim mintea rațională. Trebuie să intrăm într-un spațiu tăcut și apoi, pe măsură ce întrebăm fiecare element ce

mesaj are, să observăm ce primim: poate fi o imagine vizuală, un mesaj auditiv, un sentiment, un anumit miros sau un gust.

Aceasta este o metodă clasică din practica șamanică, în care șamanul își deschide simțurile, pentru a primi înțelepciunea adâncă din lumea naturală.

Când vă plimbați în natură, s-ar putea să vreți să cântați. Deseori, eu încep să cânt un cântec care se ridică din inima mea, cerând binecuvântările unui element pe care îl apreciez. Cel mai bine e să fredonați spontan, permițându-i spiritului pământului să cânte prin voi. Eu simt o putere imensă în trup, după o plimbare în care cânt. Ca și copiii, noi îi cântam naturii. Permiteți-i inocenței de copil să se întoarcă la voi, pentru a vă ajuta.

Atunci când lucrați cu elementele și faceți o plimbare, veți observa că în mod firesc sunteți conștienți de elementele din jurul vostru, fără a mai trebui să vă concentrați asupra lor:

Ce element sau elemente vă atrag, ca să lucrați cu ele? Ce calități vă plac la acest/e element/e?

Ce element sau elemente vă înfricoșează? Ce scoate la iveală frica voastră?

Cu care element sau elemente nu sunteți familiarizați?

Lucrați cu un element ale cărei caracteristici le aveți în exces. De exemplu, dacă sunteți neliniștiți, aveți oare prea mult foc? Cum puteți să-l temperați sau să folosiți creativ această energie?

Ce element credeți că vă lipsește?

Ce element v-ar ajuta să vă echilibrați, dacă l-ați chema în viața voastră?

Meditați acum la modul în care elementele trăiesc în corpul vostru. Cum vă îngrijiți și vă hrăniți corpul – pămân-

tul? Cât de pură este apa pe care o beți? Cum arde focul vieții în interiorul vostru – are nevoie să fie calmat sau hrănit? Cum se mișcă aerul prin voi – respirația vă aduce oxigen către toate celulele?

Aceste sugestii vă pot stimula imaginația, ca să puteți simți elementele în moduri proprii. Cheia este să ne amintim de interconectarea noastră cu forțele vieții.

Iată o meditație, pe care o puteți folosi, pentru a vă conecta cu elementele din viața voastră:

Imaginați-vă că sunteți pe o pajiște plină de flori.
Sunteți una dintre aceste flori.
Vă simțiți îngrijit de briza blândă.
Vă simțiți îngrijit de soare.
Primiți profund îngrijirea de la pământul de sub voi.
Primiți cu bucurie îngrijirea ploii.
Primiți îngrijirea acestor elemente dătătoare de viață și le dăruiți ceva înapoi, din Lumina voastră eternă.

Repetați acest exercițiu, atunci când aveți nevoie să vă reveniți și să vă regenerați.





O SCHIMBARE A PERCEPȚIEI

SĂ LUCRĂM CU SPIRITELE NATURII

Atunci când suntem copii, știm că în toate lucrurile există un spirit. Vorbim cu ființe invizibile, cu copacii, cu cerul, cu luna, cu păsările și cu animalele noastre etc. Oamenii au făcut asta, vreme de mii de ani. De când suntem mici, am fost învățați cum să trăim și să ne comportăm. Ușile dintre lumi s-au închis pentru majoritatea dintre noi, pe măsură ce ni s-a spus că nu e bine să vorbim cu prietenii noștri imaginari. Lumile invizibile ne-au fost închise. Această acțiune a schimbat cursul istoriei umane, întrucât lumile spirituale ne-au devenit mai puțin accesibile – și la fel s-a întâmplat și cu farmecul vieții.

De îndată ce intrați în armonie și începeți să lucrați la a fi mai buni observatori ai lumii naturale, vălul dintre rațiune și lumile invizibile începe să se dea deoparte. Veți afla că aveți o legătură deosebită cu plantele, cu copacii, cu animalele, cu insectele și pietrele. Veți începe să primiți mesaje de la aceste ființe vii – mesaje ce pot lua forma viziunilor, a sentimentelor, a mesajelor telepatice, a mirosurilor și gusturilor. Trebuie să ne activăm din nou simțurile, pentru a fi deschiși înțelepciunii formelor de viață cu care împărtășim această planetă. În cartea mea Recuperarea sufletului (Soul

Retrieval), am povestit despre călătoria unei femei șaman din Siberia, care le spunea oamenilor pe care îi întâlnea: „Închideți urechile groase și deschideți urechile subțiri".

Aceasta este o metaforă despre ceea ce trebuie să se întâmple, pentru a fi în legătură cu simțurile ce ni se deschid către o realitate pe care am uitat-o.

Popoarele indigene au vorbit întotdeauna cu spiritele plantelor, copacilor, animalelor, pietrelor, elementelor și ale tuturor ființelor vii. Informația despre o plantă care ar putea vindeca anumite boli, venea de la planta însăși. Informația despre locurile în care oamenii puteau să găsească surse de hrană, venea de la animale și din citirea semnelor date de natură. Ființele vii au multe informații de împărtășit cu noi, oamenii, dar noi nu putem comunica cu ele, dacă ne aflăm într-o stare obișnuită de conștiință.

George Washington Carver și Luther Burbank sunt exemple de botaniști foarte respectați, care au adus contribuții majore în acest domeniu. Carver a spus că el și-a obținut cunoașterea despre cultivarea plantelor, din plimbările prin păduri și din conversațiile cu plantele. Luther Burbank a condus multe experimente de succes, în creșterea plantelor. El a introdus mai mult de opt sute de varietăți noi de plante. Burbank este cunoscut și prin faptul că vorbește cu spiritele plantelor cu care lucrează.[1]

Astăzi ne bazăm pe multe plante din junglele Americii de Sud, pentru a vindeca o mulțime de boli. Șamanii din aceste zone au identificat ce plante ar putea vindeca o anumită boală, observându-le forma, dar și vorbind cu ele, în timp ce se aflau într-o stare de conștiință modificată.

În afară de spiritul formelor de viață pe care le putem vedea, există și alte feluri de spirite ale naturii, cu care oa-

menii au comunicat dintotdeauna. Unele tradiții lucrează cu devas și cu zâne, ființe magice care locuiesc Pământul pe care trăim. Chemându-le și colaborând cu aceste ființe, putem să manifestăm schimbări pe Pământ. Findhorn, din Scoția, este o comunitate spirituală care s-a înființat în 1962 și este renumită în întreaga lume pentru grădinile sale miraculoase. Plantele și legumele de acolo impresionează nu doar prin frumusețea și mărimea lor, dar și prin faptul că sunt crescute în condiții climaterice nefavorabile.

Vreme de ani întregi, oamenii au mers la Findhorn pentru a admira miracolul vieții. Perelandra este un alt exemplu de grădină miraculoasă, dezvoltată prin parteneriatul creativ cu spiritele naturii, început în Virginia de către Michaelle Small Wright. Acolo cresc plante mari și sănătoase, fără chimicale și pesticide. Imaginați-vă ce energie puteți primi dacă mâncați plante crescute într-un mod atât de armonios și magic.

În Islanda, guvernul și echipele de construcții lucrează cu „poporul ascuns" – elfii, piticii și zânele. Sunt trasate hărți care indică locurile unde trăiesc ei, iar noile construcții trebuie să ia în considerare casele „poporului mic". Companiile de construcții au descoperit că dacă își negociază planurile de construcții cu „poporul celor mici", înainte de a-și aduce echipamentele, economisesc bani. Altminteri totul merge prost, mașinile se strică și muncitorii se îmbolnăvesc – dublând sau triplând costurile lucrărilor.

Este timpul să ne întoarcem la un nou stil de viață, în care să formăm un parteneriat creativ cu spiritele naturii. În primul rând, e necesar ca oamenii să dorească acest lucru. Apoi, trebuie să ne focalizăm atenția și concentrarea asupra spiritelor naturii. Este suficient să ne imaginăm că un astfel

de parteneriat e posibil. Și, dacă totul pornește dintr-un loc al iubirii, spiritele naturii ne vor răspunde. Pe măsură ce înțelegem că suntem parte a copacilor, plantelor, insectelor, păsărilor, animalelor, pietrelor, apei, focului, aerului, pământului, soarelui, lunii, norilor și stelelor, creăm principiul uniunii și al armoniei, care completează formula pentru transmutare. În acest fel, vom vedea că poluarea și toxinele provenite din cauza lipsei de armonie și a separării încep să se vindece de la sine, în mod natural.

Fiecare formă de viață de pe această planetă are inteligență. Încercați să observați cum trăiesc diferitele forme de viață, cum își adună mâncarea și cum supraviețuiesc în condiții adverse și veți ști în lăuntrul vostru că, într-adevăr, tot ce este viu este inteligent.

Nu doar ființele umane și natura transmută substanțele, dar și alte forme de viață fac asta, un exemplu fiind albinele, care transmută o parte din miere, în lăptișor de matcă. Dar noi suntem singurele viețuitoare al cărei destin este de a îngriji Pământul, astfel încât tot ceea ce este viu să înflorească.

Pe măsură ce continuăm pe calea lipsei de armonie, elementele vor acționa într-o manieră extremă și violentă. Trebuie să ne punem întrebarea dacă, nu cumva, violența noastră și propria lipsă de armonie este oglindită de natură. Cutremurele se întâmplă cu o mai mare frecvență, incendiile ard furioase pământul, uraganele și tornadele ne zdruncină viața și, pe lângă toate acestea, avem inundații extreme și secetă. Pe măsură ce modificările vremii au devenit tot mai violente, ne îndreptăm atenția către învățăturile popoarelor indigene, care au lucrat îndelung cu spiritele vremii. În 1998, pentru cinci luni, El Nino a adus o secetă impresionantă în regiunea amazoniană de lângă granița dintre Brazilia și Ve-

nezuela. Incendiile au fost cumplite, ucigând un număr imens de animale și distrugând milioane de acri de teren. Tehnologia nu a putut să ofere niciun ajutor în această situație. Atunci, șamanii brazilieni au venit să salveze situația. Ei au convocat spiritele, au dansat și au cântat și au făcut ritualuri. Apoi a venit ploaia, iar focurile sau stins.

Indienii Hopi din sud-vestul Statelor Unite sunt renumiți pentru capacitatea lor de lucra cu vremea. Și ei au fost chemați în zone cu secetă extremă. Șamanii din China cheamă ploaia prin dansuri speciale. Dar trebuie știut că legile universului nu îi susțin pe cei care folosesc metodele spirituale, pentru a manipula mediul. Beneficiu este adus de parteneriat și nu de manipulare. Cheia este reîntoarcerea la armonie, astfel încât să domine vremea care susține viața. În partea a VI-a, vă vor fi oferite unele sugestii pentru a lucra cu spiritele vremii.

Exerciții:

Puteți folosi multe dintre exercițiile prezentate în acest capitol, pentru a lucra cu materialele din această secțiune. Încercați să observați forțele naturii din locul în care trăiți, să primiți mesaje de la ele, deschizându-vă mintea și creând o linie de comunicare prin care să primiți înțelepciunea, în moduri subtile.

Vă sugerez să începeți prin a lucra cu o plantă favorită care crește în grădină voastră, sau într-un parc pe care vă place să-l vizitați. Stați cu această plantă și încercați să intrați într-o stare în care puteți să vorbiți cu ea. Nu trebuie să o faceți cu voce tare. Acesta este un proces care e bine să se întâmple într-o stare de liniște și calm. Puteți face la fel și cu pietrele, insectele și animalele care sunt în jurul vostru. Chiar

dacă nu găsiți o insectă, pasăre sau animal care să stea nemișcată, puteți comunica cu ele, în timp ce se mișcă prin câmpul vostru vizual. Astfel, puteți să primiți o revelație directă asupra modului în care să trăiți din nou în armonie cu natura și să deveniți un îngrijitor al Pământului.

Folosind formula pentru transmutare cu intenție, iubire, armonie, unime, focalizare, concentrare și imaginație, chemați spiritele naturii către locul în care trăiți. Observați cum vă transformați voi înșivă și locul respectiv, după ce faceți acest lucru.

PUTEREA UNUI LOC

Oamenii au știut dintotdeauna că locul în care trăiesc are un spirit. Spiritul locului era onorat și chemat în ceremonii pentru vindecare și pentru sărbătorire, în diferite momente ale anului. Pentru a trăi în armonie, spiritul din toate lucrurile trebuie recunoscut la toate nivelele.

Pe măsură ce ne-am părăsit propriile tradiții spirituale, am pierdut o resursă valoroasă – puterea locului. Fiecare bucată de pământ este locuită nu doar de către spiritele naturii, dar și de propriul său spirit inerent. Întrucât pământul este viu, locurile unde muncim și trăim au și ele spirit. Iar acest spirit poate fi chemat, pentru a crea un parteneriat armonios, ca și pentru a ne oferi putere și susținere.

Astăzi, când oamenii se adună în grupuri pentru a efectua ritualuri și ceremonii, deseori spiritul locului nu este onorat. Noi, oamenii, presupunem că putem să mergem pe orice bucată de pământ și să facem ce vrem. Dar să nu uităm că am fost învățați și să fim politicoși. Folosiți politețea obișnuită, înainte de a face munca spirituală într-un loc anume – prezentați-vă spiritului locului și afirmați-vă intenția.

Veți simți că veți avea mai multă putere pentru munca pe care plănuiți să o faceți.

Dacă puteți să vă prezentați spiritului locului în care trăiți și munciți, veți descoperi că se creează o legătura și o aliniere cu o sursă de putere care vă poate oferi sprijin și înțelepciune. Acest luceu este important, în special dacă trăiți într-un oraș al cărui spirit nu e evident, întrucât este acoperit de ciment și clădiri. Înainte de a merge undeva, faceți o călătorie șamanică sau meditați, pentru a întâlni spiritul țării sau al orașului pe care îl veți vizita. Aceasta va crea o relație care vă va oferi o experiență mai bogată și mai profundă în timpul călătoriilor. Conectarea cu spiritul locului continuă munca de creare a unimii – un element cheie în munca noastră cu transmutarea, întrucât prin aceasta cinstim, din nou, tot ceea ce este viu.

Exerciții:

Plimbați-vă prin locul în care trăiți. Observați dacă este vreun petic de pământ care vă atrage. Așezați-vă acolo și liniștiți-vă mintea. Folosiți respirația pentru a mișca energia prin corp și deschideți-vă inima. Din inimă, prezentați-vă spiritului locului și spuneți-i că v-ar plăcea să vă conectați cu el. Spuneți-i că îl cinstiți și mulțumiți-i că vă asigură un astfel de loc minunat în care să trăiți. Întrebați-l dacă există vreun dar de mulțumire prin care ați putea să-l onorați.

Deschideți-vă simțurile și observați dacă primiți vreun semn din partea spiritului locului. Pe măsură ce vă construiți relația cu el, acest loc va deveni un punct de putere pentru voi – un loc unde vă puteți întoarce pentru a vă regenera, pentru pacea minții și pentru a vă vindeca. Veți observa că

viața va curge mai ușor, pe măsură ce stabiliți o legătură cu forța vitală a locului în care trăiți.

Când vreți să vă conectați cu puterea locului în care munciți, repetați aceeași procedură.

Dacă trăiți într-un oraș, vă sugerez să stabiliți o legătură cu un loc dintr-un parc sau de la țară, care poate deveni locul vostru de putere, vindecare și regenerare.

SĂ TRĂIM RAIUL PE PĂMÂNT

Visul meu, dorința mea, intenția mea în această viață este să trăiesc Raiul pe Pământ. Atunci când predau workshop-uri de șamanism, una dintre primele ceremonii pe care le efectuăm în grup este aceea de a chema spiritele ajutătoare care ne vor învăța, susține și ajuta pe fiecare dintre noi și întregul grup. Eu cred că e foarte important să ne declarăm intenția în fața spiritelor. Altminteri, ar fi ca și cum am suna pe cineva la telefon și nu am vorbi nimic. Până la urmă, persoana respectivă ne va închide telefonul. În cadrul unei ceremonii, în timp ce folosesc zuruitoarea pentru a chema spiritele, întotdeauna exprim în tăcere dorința ca grupul să aibă experiența Raiului pe Pământ.

În călătoriile șamanice pe care le-am făcut pentru scrierea acestui capitol, am primit un mesaj puternic. Mi s-a spus că este important să înțelegem că între Rai și Pământ nu există nicio separare. Această aparentă separare este o iluzie. Din nou mi s-a spus că noi am închis vălurile dintre lumi, cu egourile și mințile noastre.

Pe măsură ce am continuat să lucrez asupra acestei probleme, mi s-a arătat că trebuie să văd frumusețea din tot ce se întâmplă, de-a lungul întregii zile. Spiritele mele ajută-

toare mi-a spus că atunci când voi reuși să fac asta, percepția mea se va schimba.

În capitolul 8, m-am focalizat asupra creării unei realități diferite, prin folosirea imaginației. Următorul pas în adâncirea acestui proces este înțelegerea faptului că atunci când percepția noastră se schimbă, ni se schimbă și realitatea.

Exerciții:

Următorul exercițiu mi-a fost dat într-o călătorie șamanică, pentru a afla cum să remediem percepția separării dintre Rai și Pământ:

Vedeți frumusețea din toate lucrurile, în fiecare minut al zilei. Primul pas pentru a vedea frumusețea de peste tot este să fim într-o stare de profundă apreciere. Această practică va deschide vălurile dintre lumi. O asemenea sarcină nu este ușor de îndeplinit. Aveți răbdare cu voi înșivă. În fiecare zi, continuați să vă măriți percepția, pentru a vedea frumusețea în fiecare persoană și în toate lucrurile din jurul vostru. În fiecare zi veți reuși să vă concentrați asupra acestui lucru, tot mai mult. Și astfel, în curând veți vedea viața într-un mod cu totul diferit – ceea ce vă va schimba realitatea.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să vă conectați cu elementele, plantele, animalele și toate forțele naturii. Trebuie să restabiliți legătura cu tapițeria vieții, înțelegând că nu sunteți separați de restul vieții și văzând frumusețea din toate. Schimbându-vă percepția, vă veți schimba realitatea.

Părțile formulei pentru transmutare, pe care le-am folosit aici, sunt:

Intenție : trebuie să stabiliți o intenție puternică, pentru a vă reîntoarce la un trai în concordanță cu legile naturii;

amintindu-vă că sunteți o parte a țesăturii vieții și sunteți conduși, ca parte a sa, de către ciclurile naturii. Numai prin intenție puteți deschide liniile de comunicare cu spiritul care trăiește în toate lucrurile.

Iubire: pe măsură ce vă deschideți către înțelepciunea copacilor, a plantelor, a animalelor, a insectelor, a soarelui, a lunii, a stelelor și a elementelor, veți învăța că tot ce e viu înflorește din iubire și că iubirea este o cheie a creării armoniei.

Armonie: dacă readuceți armonia în voi înșivă și veți curge în același sens cu râul vieții, acesta va aduce armonie înapoi la voi și la planetă.

Uniune: atunci când vă reamintiți că sunteți conectați cu tapițeria vieții și cu spiritul care trăiește în toate lucrurile, veți fi din nou în unime cu voi înșivă, cu restul vieții, cu Divinitatea.

Focalizare: trebuie să vă focalizați asupra intenției de a deschide liniile de comunicare cu spiritele naturii.

Concentrare: trebuie să vă concentrați asupra schimbării intenționate a modului în care trăiți, pentru a vă reîntoarce la armonia cu voi înșivă și cu lumea naturală.

Imaginație: trebuie să fiți capabili să vă imaginați spiritele și forțele naturii care trăiesc în jurul vostru, forțele naturii care trăiesc în voi și o lume în armonie și echilibru. Trebuie să vă folosiți imaginația, pentru a vedea frumusețea din toate lucrurile.





Transmutarea

Imaginați-vă că invitați un mic grup din comunitatea voastră, pentru a efectua o ceremonie de transmutare. Ați eliberat o cameră din casă. Fiecare invitat aduce flori și obiecte speciale, care îi amintesc de legătura cu Divinitatea. Împreună, creați spațiul sacru.

V-ați petrecut zile întregi, pregătindu-vă pentru lucrarea care e pe cale să înceapă. Ați acordat o atenție specială dietei, activităților și gândurilor voastre, pentru a vă plasa într-un spațiu sacru, în care v-ați focalizat atenția asupra relației voastre, cu aspectele Divinității din voi și din jurul vostru.

Invocați spiritul Iubirii și al Luminii. Chemați prezența Divinității. Permiteți ca energia spațiului în care vă aflați să cânte prin voi. Intonările și incantațiile grupului creează o armonie în interiorul fiecărei persoane și o vibrație care topește orice separare dintre lumi.

Atenția vi se întoarce către bolurile cu apă poluată, care stau în centrul cercului. Vibrația iubirii care vine prin voi se unește cu vibrația acestei ape. Lumina Divinității infuzează apa. Armonie în interior; armonie în exterior. Această apă poluată se transmută în apă sfântă.

Imaginați-vă cum se petrec lucrurile.



ÎNCORPORAREA DIVINITĂȚII

Calea înaltă, diferită de calea joasă, este drumul alchimistului, a cărui inimă se află în gloria strălucitoare tot timpul, până la capătul prăfuitelor drumuri ale oamenilor, pe care merg picioarele sale de pelerin – transmutând și iarăși transmutând.

ST. GERMAIN

Pentru ca miracolele să se întâmple, există diferite moduri în care poate fi invocată Divinitatea. Unul dintre aceste moduri este intervenția Divină directă. Ea apare când compasiunea Divinității intervine pentru vindecarea cuiva. Se mai poate întâmpla atunci când o persoană primește vindecarea după ce a efectuat un pelerinaj spiritual către locuri sfinte. Mii de pelerini care au călătorit în astfel de locuri, descriu vindecări miraculoase. Rapoarte despre ologi care și-au aruncat cârjele, orbi a căror vedere s-a reîntors, tumori canceroase dispărute și alinarea altor forme de durere și suferință ne-au inspirat și ne-au făcut mistici. Există oameni care relatează despre viziunile lor cu figuri spirituale și sfinți, cum ar fi Iisus, Fecioara Maria, Sai Baba, Buddha, Shiva,

Kuan Yin, sau Isis, care vin la ei și le aduc vindecarea trupului și a sufletului.

În multe dintre aceste cazuri, oamenii s-au rugat pentru vindecare. Uneori însă, această vindecare vine spontan, fără o cerere conștientă. Nu putem efectua o analiză profundă a miracolului intervenției Divine. Aceasta aparține marilor mistere ale vieții. Indiferent dacă acest tip de miracol este solicitat prin rugăciune sau vine de la sine, toți cei care beneficiază de acest fel de vindecare au fost binecuvântați de puterea binefăcătoare a Divinității.

Menționez această formă de vindecare, deoarece ea transmută toxine, durere și suferință. Dar nu asupra ei vreau să ne concentrăm; aici vă pregătesc să pășiți în rolul celui care efectuează transmutarea. Iisus a efectuat multe miracole, dar ne-a spus că și noi putem face la fel. O modalitate de a transmuta energia este aceea de a chema puterea Divinității, pentru a lucra prin noi. Trebuie să deveniți un vas gol, pentru a lucra în acest fel. Practicile spirituale pe care vi le-am dat în capitolele anterioare sunt mijloace pentru a vă pregăti să faceți această lucrare puternică. Dacă aveți un angajament profund, cu o intenție puternică și o focalizare asupra practicilor spirituale pe care vi le-am sugerat, acum aveți conștiința și conștiența necesare pentru a lucra în modul pe care l-a intenționat creatorul.

Cheia acum este să adăugam principiul încorporării Divinității la ceea ce ați învățat despre cum să fiți în uniune cu Divinitatea. Prin a deveni creatorul, absolutul, cu care ați lucrat, încorporați această energie. Noțiunea de „încorporare" are o calitate diferită de cea a conceptului de „uniune". Uniunea este fără formă. Încorporarea implică faptul că

acum conțineți această energie fără formă și o aduceți prin voi, cu scopul de a transmuta.

Există două feluri de a încorpora Divinitatea. Unul dintre ele este acela de a chema puterea creatorului, zeului, zeiței sau altor forme spirituale, pentru a se uni cu voi și a lucra prin voi. Folosind principiul lui „precum sus asemena și jos, precum în interior asemenea și în exterior", puteți chema aceeași Divinitate care sălășluiește și în voi. În pictogramele de pe pereții templelor din Egipt, deseori se poate vedea forma pământească a zeității, alături de forma ei celestă. De exemplu, la Edfu, în templul zeului Horus, copilul Divin, se poate vedea în multe locuri imaginea formei pământești a lui Horus, împreună cu forma sa cerească. Eu interpretez aceasta ca având înțelesul că avem cu toții o formă pământească sau umană, dar în interiorul nostru sălășluiește aspectul ceresc sau Divin. Acest aspect ceresc sau Divin, al nostru poate fi invocat pentru a asigura Iubirea, Lumina și energiile vindecătoare de care este nevoie pentru ca transmutarea să aibă loc. Vom explora mai târziu, în acest capitol, modurile în care putem identifica acest aspect ceresc al ființei noastre.

Pentru a încorpora Divinitatea, trebuie să avem un corp, un container care poate gestiona vibrația necesară pentru efectuarea unei munci de vindecare atât de puternice. Trebuie să vă reamintesc că pentru aceasta e important să ne întărim prin practici fizice precum yoga, tai chi, qi gong și așa mai departe, practici care au ca scop crearea unui corp ce poate susține energii spirituale atât de puternice. Nu vreți să vă ardeți, așa cum se întâmplă cu un aparat electric care este conectat la o priză de voltaj mai mare decât este el proiectat. Efectuarea acestui fel de muncă spirituală necesită un ingredient cheie – puterea. Hindușii numesc aceasta, shakti.

Calea hindusă a tantrei este devotată transmutării, iar dezvoltarea lui shakti este parte a acestei practici spirituale antice. Hindușii folosesc pentru asta cuvântul prana, iar în China această putere este numită chi.

În octombrie 1999 m-am întors în Egipt. Prima mea călătorie în Egipt, din 1998, a precipitat începutul acestei cărți. A doua călătorie a avut loc înainte de a termina acest capitol. Conduceam din nou un pelerinaj spiritual, și am solicitat permisiunea de a petrece cu grupul meu noaptea de Halloween în marea piramidă. Permisiunea a fost primită. Întrucât știam că acesta este un dar extraordinar pentru grup, am efectuat multe călătorii șamanice pentru a ne pregăti. În aceste călătorii am primit informații asupra naturii marii piramide. Există multe teorii despre misterele marii piramide. Eu nu pretind că am autoritatea sau cuvântul final asupra scopului acestei structuri mărețe. Vechii egipteni erau o civilizație de sine stătătoare, pe care s-ar putea să nu o înțelegem niciodată. Dar revelația mea a avut legătură cu ce era important pentru mine și pentru grupul meu, ca să lucrăm în ceremonia de seară. În înțelegerea mea, marea piramidă era folosită pentru inițieri. Există trei încăperi în marea piramidă.

Pentru lucrarea noastră, camera de jos trebuia să fie văzută ca pântecele matern, marele vid din care am venit, locul posibilităților nelimitate. Pentru că ce am ales să intrăm în această lume, cu reamintirea intactă a menirii sufletului nostru, am început încă din pântece. Acesta e începutul. După ce ne-am luat forma umană, am ieșit din pântece, pentru a ne naște în această lume.

După ce am ieșit din camera de jos – pântecele, și am început călătoria lungă și intensă în lumea de afară, am intrat în următoarea cameră, camera reginei. Am primit indi-

caţii conform cărora această cameră reprezintă corpul – aspectul nostru pământean. Egiptenii antici vedeau corpul ca pe templul spiritului şi conform acestui principiu corpul era venerat. Corpul era împodobit, uns, hrănit şi tratat bine, astfel încât să fie un bun container, sau vas, pentru spirit. În camera reginei, am intrat într-o stare de apreciere pentru trupurile noastre şi am meditat pentru a ne echilibra centrii energetici, ca să putem simţi o stare interioară de armonie.

Camera regelui reprezenta spiritul. Acolo ne putem conecta cu aspectul nostru ceresc şi cu sursa Divină a întregii vieţi. Acesta este locul unde ne putem reaminti de unde am venit noi cu adevărat: din lipsa de formă a absolutului. Ţelul lucrării noastre din camera regelui a fost să încorporăm complet Divinul.

În noaptea de dinaintea intrării noastre în marea piramidă, am cerut un vis în care să primesc informaţii despre ce să facem când vom fi acolo. Hotelul în care stăteam era aproape de baza marii piramide şi când am mers la culcare încă mai purtam în minte imaginea acestei structuri măreţe. Am primit un vis puternic, în noaptea aceea. În vis, duhul meu era în camera reginei. O membră a grupului ţinea în mâini numeroase bijuterii colorate şi strălucitoare. Ea era atât de împovărată de greutatea acelor bijuterii, încât nu a putut să se caţere din camera reginei, pe lungile şi abruptele trepte, către camera regelui. Am sfătuit-o să-şi lase bijuteriile în urmă. Ea a refuzat şi a luat decizia de a sta în camera reginei şi de a nu călători spre camera regelui, ca să rămână cu aceste bijuterii colorate. În vis am fost şocată că cineva ar putea să ia o astfel de decizie. Mesajul final pe care l-am primit a fost acela că nimeni nu poate să meargă în camera regelui, dacă este îngreunat de lucruri pământeşti, fie ele

obiecte materiale sau calități asociate cu omenirea noastră. Acest mesaj a avut mare înțeles pentru mine și era legat de o viziune spirituală pe care o avusesem cu ceva timp înainte.

Într-una din serile premergătoare plecării în Egipt, am avut parte de vizita unui spirit, înainte de a merge la culcare. Trează fiind și cu ochii deschiși, am devenit conștientă de o mare și vindecătoare prezență spirituală în dormitorul meu. Acest spirit a îndepărtat temporar toată durerea și suferința pe care o duceam în corpul meu. Deoarece sunt foarte empatică, tind să preiau durerea și suferința altora, iar în ultima perioadă mă simțisem foarte împovărată de durerea din jurul meu. Acest spirit mi-a dat experiența fizică de eliberare, a întregii dureri pe care o duceam. M-am simțit atât de ușoară și de liberă! Sentimentul era divin și neobișnuit, întrucât preluarea durerii altora a fost un stil de viață pentru mine. Spiritul mi-a explicat că nu pot fi un vas pentru transmutare, până ce nu eliberez toată durerea pe care am preluat-o din suferințele oamenilor și ale altor forme de viață de pe Pământ. Întrucât Divinitatea nu simte durere, suferința pe care o duceam mă oprea de la a aduce prin mine energia Divină necesară pentru transmutare. Spiritul mi-a explicat că, de fapt, abilitățile empatice sunt o piedică pentru un vindecător. Acea experiență avea acum legătură cu visul în care mi s-a arătat că nimeni nu putea să intre în camera regelui dacă era împovărat cu ceva.

Ca învățătore de vindecare spirituală, am fost tulburată atât de acea experiență, cât și de vis. Am înțeles mesajul: greutatea posesiilor materiale poate obstrucționa drumul către iluminarea spirituală. Dar întotdeauna crezusem că a fi empatică, a simți în propriul meu corp și ființă ceea ce simt alții, era o abilitate remarcabilă pentru o vindecătoare spirituală.

Atunci când lucrăm cu transmutarea, este important să înțelegem diferența dintre compasiune și empatie. Într-un anume punct din viața și practica voastră, probabil că ați avut o viziune sau ați perceput înțelegerea Mamei Divine. Morala creștină ne îndeamnă să credem că Maria a luat asupra sa suferința lumii. Aceasta nu este adevărat. Maria și celelalte aspecte ale Mamei Divine, cum ar fi Isis și Kuan Yin, ne învață despre compasiune. Poți să ai compasiune pentru suferința altei persoane, fără a prelua durerea ei. Aceasta este una dintre principale învățături ale marilor mistici. Pentru a fi vindecători, trebuie să aveți compasiune pentru suferința altora. Întrebarea pe care trebuie să v-o puneți este: oare puteți fi un vindecător, dacă sunteți împovărați de durerile altora? Putem oare să aducem prin noi Iubirea Divină a absolutului, în timp ce suntem împovărați de sentimentele altor persoane? Marii mistici ar spune că răspunsul la aceste întrebări este nu. În cultura noastră, această întrebare ar putea crea o mare confuzie.

Există relatări despre abilitățile misticilor de a transmuta otrăvurile prin ingerarea lor. În mitologia hindusă, Shiva era cunoscut pentru faptul că ingera otrăvurile lumii și le transmuta în energie vindecătoare. Șamanii ingerează și transmută otrăvurile, fiind complet uniți cu spiritele lor ajutătoare. Astfel, șamanul nu este expus, întrucât spiritele iau toxinele și le transmută. Da, acest lucru este posibil. Dar trebuie să călătorim dincolo de procesul empatiei și să ne asigurăm că energiile preluate sunt puse în mișcare. Cheia aici este percepția durerii. Pentru a prelua durerea sau toxinele și a le transmuta, trebuie să percepem toată durerea și otrava ca fiind doar iluzii.

Pe măsură ce continuați cu aceste capitole, conceptul ar trebui să vă devină mai clar. Este important ca înainte de a păși în rolul celui care face transmutarea să înțelegeți cu adevărat diferența dintre compasiune și empatie și luarea asupra voastră a durerilor și otrăvurilor, pentru a le transmuta.

Iată acum sfârșitul poveștii din noaptea pe care am petrecut-o în marea piramidă. Înainte de a intra în camera regelui, cu toții ne-am scos bijuteriile și obiectele de putere și am încercat să ne eliberăm de orice ar fi putut să ne ancoreze în viața noastră pământeană. Restul nopții l-am petrecut incantând, dansând și meditând, pe măsură ce a fost creat spațiul în care fiecare dintre noi să ne conectăm la absolut și să-l încorporăm.

Experiențele mele din timpul acestei nopți mi-a oferit ideile de care aveam nevoie pentru a termina de scris acest capitol, atunci când m-am întors acasă.

Această parte a cărții prezintă practicile străvechi ale misticilor care puteau să efectueze miracole ale transmutării. Începem cu practica transculturală a dezmembrării, folosită pentru a dizolva egoul și grijile pământești care ne opresc de la a ne reaminti conexiunea noastră cu sursa vieții. De la dezmembrare vom trece la transfigurare, schimbarea formei în aceea a aspectelor Divinității care îi permit transmutării să aibă loc. Apoi vom învăța să lucrăm cu puterea vindecătoare a cuvântului și a sunetului, care sunt și ele de ajutor în transmutare. După cum am învățat de la taoiști, de la hinduși, egipteni și de alte tradiții mistice, precum și de la David Bohm care reprezintă punctul de vedere al fizicii, energia nu poate fi distrusă; nimic nu moare complet, dar natura energiei poate fi schimbată, transmutată. Vom urmări diferitele moduri de vindecare, prin folosirea sunetului, atingerii, vizualizării și rugăciunii.



DEZMEMBRAREA

Procesul dezmembrării este o metodă de inițiere transculturală, precum și o practică spirituală folosită pentru a adânci conexiunea cu sursa întregii vieți și reamintirea adevăratei naturi și identități a persoanei.

Dezmembrarea are loc sub forma unei viziuni, care poate veni într-o călătorie șamanică, într-un vis sau o meditație. În această viziune, persoana este literalmente dezmembrată de către forțele spirituale ajutătoare. Iată câteva exemple: cel inițiat este tăiat în bucăți sau ars până la oase, este mâncat de un animal sau ciugulit de păsări, pielea și carnea îi sunt smulse de către o furtună de nisip. Spiritele pot fi foarte creative, acestea sunt doar câteva exemple. Mircea Eliade, un specialist al șamanismului, ne oferă numeroase exemple de dezmembrare șamanică, în cartea sa Șamanismul și tehnicile arhaice ale extazului.

Procesul sună înspăimântător, dar el marchează, de fapt, o inițiere într-o cale spirituală și o practică vindecătoare. În dezmembrare ne pierdem egoul și sentimentul de sine, împreună cu tot ceea ce ne împovărează și ne îndepărtează de trăirea legăturii noastre cu Divinitatea. În timp ce vă pierdeți egoul și le permiteți minții și emoțiilor să fie devorate de către forțele spirituale, sunteți din nou reuniți cu sursa întregii vieți din care ați venit. În partea întâi am descris

cum să vă creați o poveste, care să vă pună în legătură cu Divinitatea prin cântec, dans și meditație. Ați învățat cum să deveniți din nou uniți cu creatorul vostru. Dezmembrarea folosește metode directe, pentru a atinge același țel. Tot ceea ce vă menține separați de creator este devorat sau îndepărtat, astfel încât ajungeți din nou fără formă, goi, spirit pur. În acest mod vă amintiți adevărata voastră identitate. Tot ceea ce înconjoară spiritul vostru este dus departe. Atunci când vă întoarceți din această experiență, vă amintiți cine sunteți cu adevărat și de unde ați venit. Tot ce este bolnav este îndepărtat, iar ceea ce este pus la un loc este sănătos și pur. În asta rezidă componenta vindecătoare a dezmembrării.

Michael Harner a cercetat în profunzime tehnica dezmembrării, așa cum este ea folosită pentru inițiere, și în unele dintre workshopurile avansate de șamanism pe care le predau prin Fundația pentru Studii Șamanice, participanții se implică în călătorii de dezmembrare.

Întotdeauna sunt uimită de faptul că participanții la astfel de călătorie pot atinge aceeași stare iluminată a conștiinței și aceeași uniune pură cu Creatorul Divin, pe care eu și alții am atins-o prin experiențe în preajma morții. Mă mai uimește și faptul că în workshop-urile de introducere în călătoria șamanică, mulți dintre participanți mărturisesc că au avut parte de o călătorie de dezmembrare, fără să fi știut nimic de această metodă. Ei povestesc cum au fost dezmembrați, sau cum au fost mâncați de un urs, de un alt mamifer puternic, sau de o pasăre. Nimeni nu s-a întors vreodată dintr-o astfel de călătorie într-o stare de panică, întrucât nu au simțit nicio durere sau frică. Oamenii au sentimentul că au avut o experiență sacră. Unii dintre participanții la workshop-urile mele îmi povestesc că au avut vise de dezmembrare copii fiind,

lucru în acord cu scrierile lui Carl Jung, care a văzut visele de dezmembrare ca pe o inițiere într-un tărâm de cunoaștere spirituală. În toate tradițiile, călătoriile sau meditațiile de dezmembrare sunt folosite nu doar ca o inițiere într-o cale spirituală, ci și ca o metodă de a adânci conexiunea cuiva cu Divinitatea, pentru a primi iluminare și vindecare. Dezmembrarea apare în mitologia tuturor religiilor majore, arătând că omul egotic, posedat de sine, trebuie să moară, ca să renască un om nou. Există multe nivele de la care putem privi aspectele de moarte și renaștere ale dezmembrării, întrucât ele se pot aplica și ciclurilor recoltelor și ale naturii, învățându-ne despre fluxul și refluxul vieții.

Să privim din nou la mitul egiptean al povești lui Osiris, Isis și Horus. Osiris a fost dezmembrat de către fratele său Seth, iar bucățile trupului său au fost risipite de-a lungul și de-a latul Egiptului. Isis a adunat la un loc aceste bucăți. Corpul material al lui Osiris a fost distrus, dar spiritul său nu a murit. Isis s-a transformat în aspectul ei ceresc, de pasăre, pentru a se împerechea cu el. Consumându-și iubirea ca spirite, ei au dat naștere copilului sfânt Horus.

În cartea sa, "Sinele în desfășurare", (The Unfolding Self), Ralf Metzner explică experiența dezmembrării șamanice, în următoarele cuvinte:

„Șamanii pot avea viziuni în care se văd și se simt dezmembrați sau tăiați sau reduși la schelet. În anumite triburi aborigene australiene, inițiatul este tăiat simbolic cu pietre; organele abdominale sunt „scoase" și înlocuite cu cristale, ceea ce îi dă inițiatului puteri de vindecare și clarviziune, după ce este asamblat din nou la loc. În Siberia și la eschimoși, carnea inițiatului este îndepărtată, după care, înainte de a fi reasamblat, el își contemplă scheletul. În alte culturi

apare o jupuire a pielii urmată de o spălare și o înlocuire cu o nouă piele. Este important ca astfel de experiențe interioare înspăimântătoare să fie căutate de către ucenicul șaman, întrucât ele sunt urmate de o viziune și de un sentiment de reînnoire a corpului și de dobândirea puterii magice și vindecătoare."[1] *Este important de menționat că atunci când eu le facilitez studenților o călătorie de dezmembrare, nu le dau nicio instrucțiune, cu excepția aceleia de a le cere ei înșiși spiritelor ajutătoare să-i dezmembreze. Aceasta se întâmplă în workshopurile avansate, în care participanții au progresat mult în practica călătoriei șamanice și știu ce surse de ajutor le sunt disponibile. Nu e neobișnuit ca o persoană să aibă o experiență în care organele corpului îi sunt scoase și înlocuite cu cristale, așa cum se practică la aborigenii australieni, chiar dacă acea persoană nu are niciun fel de cunoaștere anterioară a practicii transculturale a dezmembrării.*

Dezmembrarea este folosită în meditația budistă ca o practică spirituală regulată; experiența transformatoare a dizolvării egoului eliberează practicantul de limitările minții. În budismul tibetan această practică este cunoscută sub numele de chod, iar scopul său este de a răzbi prin vălul maya care creează iluzia separării.[2]

În cartea sa, "Adevăruri ascunse: magia, alchimia și ocultismul", Robert Thurman compară procesul dezmembrării din șamanism și cel din tradițiile yoghine. Experiențele inițiatice ale șamanului implică dezmembrarea și imagini în care acesta este dizolvat. Practicile yoga implică retragerea din corpul fizic grosier, ceea ce corespunde cu separarea energiei șamanului de simțuri, ego și trup. Energia subtilă, imediat ce e liberă, poate explora universul ascuns și poate construi o nouă realitate.[3]

Una dintre cele mai des întâlnite practici de dezmembrare vine din tradiția hindusă. Zeița Kali, Mama Divină a vieții, este cunoscută și ca zeiță a transformării și guvernează procesul transmutării. Pentru Kali, viața și moartea sunt același lucru. În cartea Yoga tantrică și zeițele înțelepciunii, David Frawley, recunoscut atât în India cât și în occident pentru cunoașterea învățăturilor vedice, o descrie pe Kali atât în rolul ei creator, cât și în cel distrugător. Înainte de a crea noul, trebuie să distrugem vechiul. Timpul este atât creație, cât și distrugere. Numai atunci când permitem atașamentului față de natura materială să fie distrus, învierea noastră este posibilă. Ne sacrificăm identitatea, egoul și credințele în fața Divinității. Kali este forma energiei Divine care acceptă această ofrandă și acest sacrificiu. Prin această stare de moarte a egoului putem trăi uniunea cu Kali și putem crea și distruge întregul univers, cu fiecare respirație, senzație și gând. Moartea nu este un sfârșit, ci ușa către eternitate; astfel, moartea eu-lui separat ne duce spre viața eternă.[4]

Pentru mulți dintre inițiații căii tantrice, o cale a transmutării, meditațiile de dezmembrare și de dăruire a propriei persoane către Kali sunt efectuate zilnic. Această practică duce la un astfel de nivel de disoluție a egoului, încât este necesar un maestru spiritual sau un guru, pentru a ghida inițiații în acest mod de a exista fără formă.

Kali este deseori asociată cu elementul foc. Focul este cunoscut a fi elementul transmutării, în timp ce Kali este văzută ca zeița transmutării. Astfel, legătura dintre aceste două forțe este mare. Îi oferim lui Kali tot ceea ce trebuie ars din noi, tot ceea ce ne menține separați de propria noastră Divinitate. Puterea mare de vindecare și prelucrare a focului ne asigură oportunitatea transmutării.

Și alchimia se ocupă de principiul dezmembrării. După Manly Hall, stadiile alchimiei pot fi urmărite în viețile și activitățile salvatorilor lumii și în numeroase mituri cum sunt cele ale lui Iisus murind pe cruce, Hiram la porțile de vest ale templului, Orfeu pe bancurile râului Hebru, Krishna pe bancurile râului Gange, Isis și Osiris. Alchimiștii au înțeles pasajul din Biblie care enunță: „dacă un om nu va fi născut din nou, nu va putea vedea împărăția lui Dumnezeu".

Jakob Boehme, mistic din secolul al XVII-lea, definește simbolismul crucificării ca pe o dezmembrare. Crucea reprezintă viața pe Pământ, iar coroana de spini reprezintă suferința sufletului aflat în corp fizic, precum și victoria spiritului asupra întunericului. Corpul gol reprezintă detașarea de lucrurile pământești, iar corpul bătut în cuie pe cruce descrie moartea voinței proprii – o reamintire a faptului că omul trebuie să servească doar ca instrument prin care voința Divină să fie pusă în practică.[5] Acest simbolism reiterează tema sacrificării acelei părți din om care se trăiește pe sine a fi separată, astfel încât conștiința universală să poată fi eliberată.[6]

Există și o poveste care vine din învățăturile taoiste ale lui Chuang Tzu, descrisă în cartea The Relaxation Response Reacția de relaxare), scrisă de dr. Herbert Benson:

Yen Hui a spus: „Am progresat".

„Ce vrei să spui?", a întrebat Confucius.

„Am uitat ce înseamnă să fii om și să fii virtuos", a replicat Yen Hui.

„Foarte bine, dar asta nu-i de ajuns", i-a spus Confucius.

Într-o altă zi, Yen Hui l-a văzut din nou pe Confucius și i-a spus: „Am progresat".

„Ce vrei să spui?", a întrebat Confucius.

„Am uitat ceremoniile și muzica", a răspuns Yen Hui.

„Foarte bine, dar asta nu este de ajuns", a spus Confucius. Într-o altă zi Yen Hui l-a văzut din nou pe Confucius și i-a spus: „Am mai progresat".

„Ce vrei să spui?", a întrebat Confucius.

Yen Hui a spus: „În timp ce stau așezat, uit totul".

Fața lui Confucius a devenit palidă. El a zis atunci: „Ce vrei să spui cu faptul că stai jos și uiți totul?"

„Îmi arunc departe membrele. Mă debarasez de inteligența mea, mă debarasez de corpul și mintea mea și devin una cu marele și universalul Tao. Aceasta se numește a sta jos și a uita totul."

Confucius a spus atunci: „Când devii Una cu marele universal, nu vei mai avea nimic parțial, când ești parte a procesului transformării, nu vei avea nicio constanță. Ești cu adevărat un om valoros. Mă rog să urmez pașilor tăi."[7]

După cum puteți observa, practica și procesul dezmembrării sunt universale în curățarea, dizolvarea tuturor aspectelor care țin de starea noastră de om, a sinelui nostru pământesc, ale acelor lucruri care ne obstrucționează legătura noastră cu Divinitatea, cu sursa. Acest lucru este esențial, atunci când invocăm și rugăm aspectele spirituale cerești ale Divinității să vindece Pământul, prin transmutare.

Trebuie să ne reamintim adevărata noastră natură, atunci când invocăm adevărata natură a vieții și a Divinității din lumea naturală din jurul nostru.

Cele două lucruri care ne separă de Divinitatea pe care este necesar să o incorporăm, pentru scopul transmutării sunt: percepția separării și sistemele de credință limitative.

Atunci când ajungeți, cu adevărat, la miezul lucrurilor care vă opresc de la a crea miracole, e posibil să vedeți că nu aveți încredere că puteți să faceți așa ceva. Partea rațională și

științifică a noastră nu poate accepta o astfel de noțiune. Întrebați-vă dacă credeți cu adevărat că puteți transmuta apa poluată, în apă sfințită? Sunt sigură că aveți această dorință, dar aveți și credința necesară? În unele practici spirituale există o formă de dezmembrare, în care îți dăruiești capul forțelor spirituale cu care lucrezi; aceasta reprezintă detașarea de vederile limitate și de dialogul rațional, din mintea logică.

În cultura noastră, în care nu lucrăm conștient cu practica spirituală a dezmembrării, se întâmplă ca universul să ne ofere niște experiențe de dezmembrare. Oamenii care pierd tot ceea ce considerau a fi important pentru ei, într-un dezastru cum ar fi un cutremur, uragan sau incendiu, deseori găsesc un înțeles mai adânc al experienței: înțeleg că cel mai prețios lucru e viața. Își dau seama că obiectele materiale pe care le-au pierdut au fost doar distrageri de la aspectele importante ale vieții.

Oamenii care au fost puși în fața unei situații care le-a amenințat viața își amintesc de ceea ce este cu adevărat important pentru ei – ceea ce are viața de oferit.

Lucrurile care ne distrag de la o putere mai înaltă, de la Divinitate, sunt deseori îndepărtate de la noi, ca să ne putem reaminti adevărata noastră natură.

Putem face alegerea de a lucra cu aceasta la un nivel mai conștient, decât să lăsăm ca o astfel de dezmembrare să ne forțeze.

EXERCIȚII

E important să înțelegem că dezmembrarea este o inițiere într-o nouă percepție și va avea un impact asupra viețiilor noastre, la multe nivele. Vă voi prezenta o vizualizare, pe care o puteți folosi pentru a obține experiența dezmembrării. Întrucât toate exercițiile din această carte sunt optio-

nale, trebuie să hotărâți dacă vreți sau nu să aveți această experiență. Vă rog să respectați nivelul la care ați ajuns în cadrul propriului vostru proces. În mod obișnuit, procesul dezmembrării e mai curând o viziune spontană, dar pentru a începe să folosiți ceea ce vă sugerez.

Înregistrați această metodă sau să rugați pe cineva să v-o citească. Va fi greu să intrați în experiență dacă o citiți singuri. Înainte de a începe exercițiul, intrați într-o stare de relaxare. Pentru aceasta, alegeți un loc în care să nu fiți deranjați de nimeni și de nimic.

La început, respirați adânc de câteva ori. Închideți ochii și continuați să respirați. Lăsați ca respirația să vă conecteze cu ritmul inimii voastre, cu forța voastră vitală. Ascultați sunetul inimii voastre. Permiteți-i conștienței voastre să plece, din corp și din camera în care vă aflați. Simțiți-vă de parcă ați pluti. Imaginați-vă că sunteți transportați către un loc frumos din natură, un loc în care vă puteți conecta cu elementele lumii naturale. Puteți să mergeți într-un loc favorit, care are o sursă de apă. Ascultați sunetul apei. Mergeți către apă și o atingeți. Simțiți-i temperatura. Cu ochii închiși, simțiți aerul din jur, pământul de sub voi și puterea soarelui de deasupra. Conectați-vă adânc cu aceste mari surse de putere și viață. Deschideți ochii în acest loc imaginar și priviți în jur. Umpleți-vă de culorile și mirosurile de acolo. Cum arată cerul de deasupra voastră? Ce vă împărtășește viața plantelor și a animalelor din acest loc?

Ridicați brațele către cer și înrădăcinați-vă picioarele în pământ. Deveniți conștienți de un vârtej de aer care se învârte în jurul vostru. Vântul devine atât de puternic, încât sunteți forțați să vă închideți ochii. El smulge bucăți din corpul vostru, vă smulge toată pielea, oasele, iar fiecare bucă-

ţică a materiei voastre se dizolvă în nisip. Nu a mai rămas nimic din voi, nimic din corp, nimic din minte, doar conştienţă pură. Conştienţa voastră începe să se mişte în sus către cer, călătorind dincolo de nori şi soare, printre stele, printre planete şi prin toate galaxiile.

Fiind conştiinţă pură, nu sunteţi conştienţi de voi înşivă, sunteţi Una cu totul. Voi sunteţi stelele, galaxiile, marele vid întunecat care este locul posibilităţilor nelimitate. Nu aţi murit şi totuşi, nu sunteţi născuţi. Sunteţi goi dar, în acelaşi timp, sunteţi plini. Ca şi conştiinţă pură, călătoriţi către o mare lumină. Această lumină nu are culoare, dar străluceşte. Ea nu vorbeşte. E fiinţă pură. Lumina nu vă recunoaşte a fi separaţi de ea, ci vă îmbrăţişează şi respiră iubire pură. Radianţa curge prin întregul univers. Deveniţi una cu acest flux. Sunteţi radianţă, sunteţi iubire, sunteţi fiinţă pură. Trăiţi din plin această experienţă.

Apoi, într-o clipă, apare un gând. Cu acel gând vine o pulsaţie. În continuare, fiind conştiinţă pură, începeţi să vă separaţi de această mare lumină radiantă. Ca şi fulg din această lumină, aveţi un gând: cum ar fi să am o formă care ar putea încorpora această mare lumină? Aceasta duce la mai multe gânduri: oare cum ar fi să dansezi ca această lumină? Oare cum ar fi să atingi ca această lumină? Oare cum ar fi să ai acelaşi gust ca această lumină? Oare cum ar fi să miroşi ca această lumină? Oare cum ar fi să te manifeşti prin toate, ca spirit, la fel ca această lumină?

Aceste gânduri sub formă de interogaţii duc la mişcare. Deveniţi conştienţi că vă îndepărtaţi de această mare lumină. Vă mişcaţi din nou, înapoi, printre galaxii şi stele. Vă opriţi. Gândul a condus la conştienţă; conştienţa a condus la gând. Care a fost primul, nu ştiţi şi nici nu vă pasă. Sunteţi

în continuare ființe de lumină, dar acum aveți un destin. Care vă e destinul? De ce vă reîntoarceți pe Pământ? Ce anume doriți să trăiți în acest plan terestru? Aceasta are legătură cu trăirea Divinității interioare, în timp ce vă aflați într-un corp care poate avea sentimente și senzații. Zăboviți asupra acestor gânduri o vreme.

Vă reamintiți. Vă reamintiți sursa vieții voastre și decizia pe care ați luat-o de a avea o experiență pământeană. Vă mutați atenția către Pământ. Este o planetă atât de frumoasă. Are atât de multe elemente frumoase și forme de viață cu care puteți interacționa. Este spirit pur transformat în ființă manifestată. Pământul este viu. Are un puls, o inimă. El are un puls, exact ca și marea lumină din care ați venit. Cele două pulsuri sunt în armonie; ritmul și vibrația sunt identice. Lumina este fără formă, dar vie. Pământul are formă și pulsează precum lumina. Există o mare lumină care trăiește în Pământ. Sunteți conștienți de ea. Lumina de sus se află de asemenea în pământul de jos. Mergeți mai aproape, mai aproape, până când intrați în sfera de atracție gravitațională a Pământului. Apoi, la fel cum conținutul unei clepsidre alunecă fără efort în partea de jos a sa, alunecați înapoi în corpul vostru. Sunteți înapoi în acel loc minunat din natură. Puteți să vă deschideți ochii în acest loc. Brațele și palmele voastre sunt încă întinse spre soare. Lumina strălucitoare a soarelui sunteți voi. Picioarele voastre sunt înrădăcinate în pământ; voi sunteți pământul. Sunteți conștienți că voi sunteți plantele, copacii, animalele, apa și aerul. Sentimentul separării e doar o percepție. Într-adevăr, nu există separare. Sunteți una cu sursa Divină din care ați venit, și ați venit să trăiți acea Divinitate, într-o formă de viață care se percepe pe sine a fi separată de tot, dar care, în realitate, este una cu totul. Există

doar un singur puls, o singură bătaie de inimă. Și bătaia inimii noastre este în armonie cu aceasta.

Din acest loc al cunoașterii și al reamintirii, faceți o alegere conștientă de a vă reaminti această experiență. Veți lua cu voi cunoașterea adevăratei voastre naturi, în lumea pe care o locuiți acum. Luați în interiorul vostru frumusețea acestui loc, încă o dată. Folosind respirația și intenția, luați decizia de a părăsi acest loc imaginar și de a vă reîntoarce în corpul vostru, care se odihnește în cameră. Reveniți în corp, mișcați-vă degetele și atingeți cu ele podeaua, scaunul sau patul pe care stați. Mirosiți aerul din cameră. Ascultați sunetele din jurul vostru. Respirați adânc și deschideți ochii. Rămâneți tăcuți, reflectând asupra experienței voastre de unire cu sursa întregii vieți. Reamintiți-vă natura voastră Divină. Voi încorporați Divinitate, Lumină și Iubire. Rămâneți cu această stare, până când sunteți pregătiți să ieșiți din cameră și să reintrați în viața voastră, și nu uitați că tot ceea ce percepeți a fi separat de voi este doar o iluzie. Luați hotărârea că vă veți aminti mereu Divinitatea din interiorul vostru și din tot ceea ce vă înconjoară și că veți onora spiritul din tot ceea ce este.

Începeți o practică zilnică de vizualizare sau de trăire a voastră înșivă, în timp ce lucrați cu ajutoarele voastre spirituale, zeilor, zeițelor sau aspectului Divinității care e lângă voi. Începeți prin a vă pune următoarea întrebare: „Oare am eu puterea de a crea un miracol?" Dacă răspunsul este da, atunci sunteți gata pentru ziua respectivă. Dacă răspunsul este nu, atunci înlăturați acea parte din voi care vă limitează potențialul nelimitat de a vă transmuta pe voi înșivă și Pământul.



TRANSFIGURAREA

Am plantat semințele scrierii cărții Leac pentru Pământ în 1998, înainte de a merge în primul meu pelerinaj spiritual în Egipt. La câteva zile după ce m-am întors din această călătorie, am avut un vis foarte puternic. Zeul egiptean Anubis a venit la mine și s-a prezentat ca fiind zeul care păzește nivelele dintre lumi. Mi-a spus că piesa lipsă din lucrarea mea cu transmutarea era transfigurarea.

Eu nu auzisem niciodată acest cuvânt până atunci. Când m-am trezit, l-am întrebat pe soțul meu dacă a auzit vreodată cuvântul transfigurare. El a spus că ar putea fi legat de shapeshifting (schimbarea de formă). M-am dat jos din pat imediat și m-am dus la dicționar. Într-adevăr, transfigurare înseamnă schimbare de formă. Din munca mea șamanică eram foarte familiară cu acest concept. Am auzit multe povești despre șamani capabili de a-și schimba forma în cea a unor animale. Însă, nu știam ce legătură are aceasta cu transmutarea.

În timp ce rămăsesem cu întrebarea, calea mi-a fost repede revelată. O clientă de-a mea, creștină fervență, mi-a arătat un text despre transfigurarea lui Iisus, care a avut loc înainte de multe dintre miracolele sale vindecătoare. În Noul Testament există un pasaj în care Iisus i-a luat pe Petru, Ioan și Iacov pe un munte înalt, unde El s-a transfigurat înaintea

lor: „Fața Lui a strălucit precum soarele și hainele au devenit precum zăpada".

Alte descrieri al acestui fenomen au spus că hainele lui Iisus au devenit uimitor de albe, mult mai albe decât orice haină proaspăt spălată. Există descrieri ale unor vindecări miraculoase ce au avut loc când unii oameni au atins haina lui Iisus, atunci când el se afla în această stare iluminată.

Ron Rothf folosește termenul „curentul învierii", referindu-se la energia care curgea prin Iisus atunci când el se transfigura în Lumină Divină. Acest curent al învierii a devenit un canal pentru vindecarea bolnavilor și producerea miracolelor. Prin uniunea noastră cu Divinitatea, putem să ne transfigurăm, trăindu-ne pe noi înșine, strălucind cu spiritul lui Dumnezeu.[1]

Există nenumărate descrieri ale misticilor și figurilor religioase care se transfigurau în lumină. În cartea sa, Desfășurarea sinelui, Ralph Metzner descrie experiența unui călător german care l-a vizitat pe Ramana Maharshi și a fost martor la transfigurarea lui. Călătorul a observat cum fața brună a lui Ramana s-a transfigurat, devenind din ce în ce mai luminoasă, în timp ce el radia o lumină din interior.[2]

În cartea Krishnamurti: 100 de ani, Evelyne Blau citează un student care a rămas șocat văzând cum silueta mică și subțire a lui Krishnamurti s-a schimbat în fața ochilor lui, într-o siluetă înaltă și luminiscentă, care arăta precum Buddha. Luminozitatea sa i-a afectat pe toți cei care erau prezenți.[3]

Relatări similare ale martorilor oculari povestesc despre întâmplări legate de Ramakrishna sau despre maestrul spiritual Sai Baba.

Larry Peters, care este psiholog și antropolog, precum și un șaman inițiat în tradiția tibetană, spune că pentru șa-

mani și mistici lumina este o experiență transcendentă și nu o metaforă. În tradiția iudeo-creștină, creația începe cu „să fie lumină". Krishna este descris a fi „mai luminos ca o mie de sori" iar Hristos este numit „lumina lumii". Sfinții sunt deseori portretizați cu nimburi luminoase, sau cum se transfigurează în ființe luminoase. După dezmembrare, șamanii eschimoși sunt umpluți cu lumină, care le conferă abilitățile paranormale și vindecătoare. În timpul experiențelor inițiatice ale șamanilor aborigeni, un cristal de cuarț luminos este plasat în corpul lor de către marele zeu ceresc, permițându-le să zboare către ceruri. Șamanii din Siberia, Malaezia, America de Nord și de Sud vorbesc despre experiența de a fi transformați de către lumină.

Mircea Eliade spune că această experiență a luminii schimbă existența umană, prin crearea unei renașteri spirituale, deschizând persoana către lumea spiritului.[4]

RalpH Metzner, în Desfășurarea sinelui (The Unfolding Self), în cadrul unei povești despre binecunoscutul explorator Rasmussen, ne aduce părerea unui șaman eschimos: „Fiecare șaman trebuie să simtă qaumaneq, o lumină în interiorul trupului, înăuntrul capului sau creierului său, ceva care strălucește precum focul, care îl face să poată vedea în întuneric, cu ochii închiși, în lucrurile care sunt ascunse și, de asemenea, în viitor.[5]

În transfigurare și transmutare, nu este suficient să întâlniți luminozitatea; cheia este să încorporați acea luminozitate. Aceasta este energia radianței despre care Jack Schwarz ne spune că permite să aibă loc vindecările miraculoase, energie care susține aceste vindecări miraculoase și manifestările pe care misticii precum Sai Baba le fac să se întâmple.

În vizualizarea de dezmembrare prin care v-am condus, nu v-am dus doar către lumină; ci v-am făcut să deveniți lumina absolutului. Dezmembrarea este o practică în care ajungem înapoi la sursă, pentru a ne reaminti adevărata noastră identitate. Următorul pas este acela de a încorpora Lumina Divinității prin transfigurare, în timp ce vă aflați aici.

Când lucrăm cu principiul intervenției Divine, înțelegem că spiritele intermediare ale Divinității au puterea de a vindeca și de a crea miracole. Există numeroase descrieri ale unor oameni care au avut viziuni în care sunt vindecați de către sfinți ai diferitelor religii, și, de asemenea, avem descrieri despre vindecări efectuate de către spiritele vindecătoare din culturile șamanice. Din propria mea experiență, precum și din povestirile clienților și studenților, am aflat că este ceva obișnuit ca un animal de putere sau un învățător în formă umană să se arate într-o călătorie șamanică sau într-un vis și să efectueze o vindecare. Am văzut cum boli cronice și dureroase care împovărau clienții au fost vindecate, pur și simplu, prin intervenția spiritelor.

Tatăl unui student de-al meu murea de cancer. Tatăl era un bărbat foarte conservator și religios, care în circumstanțe obișnuite n-ar fi luat niciodată călătoria șamanică în considerare. Întrucât avea dureri enorme, a fost de acord totuși să o încerce. El a întâlnit un animal de putere, care i-a îndepărtat toate durerile. Apoi, bărbatul a renunțat la analgezice. Animalul lui de putere l-a ajutat să-și trăiască în pace anii care i-au mai rămas de trăit.

În cartea "Bun venit acasă" (Welcome Home) am povestit cum, într-un vi,s am fost vindecată de o durere foarte mare. Aveam o boală care nu era mortală, dar care cauza dureri cronice. În acea vreme trăiam în San Francisco, și

m-am consultat cu fiecare specialist pe care l-am putut găsi, dar mi s-a spus că pur și simplu trebuie să învăț să trăiesc cu situația mea. Lunile au trecut și eram disperată după un ajutor. Am încercat fiecare tratament alternativ, am mers la paranormali, am avut oameni care au făcut călătorii pentru mine – nu am lăsat nicio „piatră neîntoarsă". Nimic nu a dat rezultate și devenisem foarte deprimată la gândul unui viitor plin de durere. Înainte de a mă culca seara, am început să mă rog să primesc un vis vindecător. Am cerut aceasta în fiecare noapte, întrucât nu-mi rămăsese altceva decât rugăciunea. În final, după o lună de cereri, am fost binecuvântată cu un vis care să-mi vindece problema. Un bărbat tânăr a ieșit din spatele canapelei mele. El mi-a spus: „Ai o durere chiar aici", arătând către partea de corp care mă durea. Apoi a luat o zuruitoare albastră translucidă, făcută dintr-un material pe care nu-l cunoșteam și a scuturat-o deasupra locului dureros. În vis am simțit cum pleacă durerea. Visul meu vindecător a avut loc acum douăzeci de ani și de atunci nu am mai avut acea suferință.

Datorită intervenției Divine, în procesul de transfigurare puteți de asemenea să luați forma spiritelor, sfinților sau misticilor care au abilitatea de a vindeca. Puteți să vă transfigurați într-un animal de putere sau într-un învățător spiritual, pentru a aduce vindecarea pentru oameni, animale, plante, copaci, și mediu.

Un exemplu de acest tip de dezmembrare/transfigurare vine de la o studentă de-a mea. În călătoria ei, a fost dusă de către un corb, până pe vârful unui vulcan și acolo a legat-o de un cadru de lemn în formă de cruce, cu o coardă de viță de vie sălbatică. Apoi ea a fost dezmembrată cu ciocurile, de către o mulțime de corbi și vulturi. Când toată

carnea ei a dispărut, corbii au ridicat oasele și le-au aruncat în vulcan. Atunci ea s-a scufundat lent prin lava topită până la fund, de unde a alunecat printr-o mică deschizătură și a ieșit afară. Pe când ieșea de acolo, a devenit un lup alb.

Atunci a avut un sentiment de putere extraordinară și cu greu s-a abținut să nu sară în sus și să alerge în jurul camerei. Își simțea umerii foarte puternici, iar mersul îi era rapid și sigur. Ea a trăit experiența de a fi o lupoaică – o experiență magnifică. A putut să se vadă pe ea însăși protejându-și puii, conducând haita, capabilă să ia urma prăzii și să vâneze pentru a o hrăni.

După ce a trăit starea de lup o vreme, ea s-a reîntors către animalul ei de putere, broasca țestoasă, pentru a-i povesti ce s-a întâmplat. Intrarea în lumea de jos, care e o peșteră, era decorată cu flori, ca pentru sărbătoare. Întrucât a dorit să ofere mulțumire, a adus tămâie, tutun și mai multe flori și a dansat cu sărituri puternice. Ea și-a descris experiența ca fiind uimitor de plină de bucurie. În acel moment, țestoasa i-a cerut femeii să se lungească sub ea, și o roată a leacului, din lumină, a fost imprimată cu foc pe pieptul femeii. Ea le-a mulțumit spiritelor care au ajutat-o și se pregătea sa încheie călătoria șamanică.

După ce a ieșit din călătorie, s-a reîntors în cameră, iar lupul a rămas ca parte a ființei sale. La reîntoarcere, s-a simțit în continuare plină de putere, iar mâinile îi vibrau și erau pline de energie. Ea a împărtășit grupului o parte din această energie, atunci când am închis sesiunea, ținându-ne toți de mâini. După aceasta, a fost copleșită de emoții și a plâns de bucurie, recunoștință și minunare.

De atunci ea se simte altfel, mai asemănătoare lupului. Pe plan fizic, e mai puternică. Pe plan mintal și emoțional se simte centrată și plină de putere.

Ammachi este o sfântă care trăiește în sudul Indiei. În fiecare an ea călătorește prin Statele Unite, unde mii de oameni sunt martorii miracolelor ei de vindecare, pe care le face prin transfigurare. Prin practica ei spirituală, ea devine încorporarea Mamei Divine. Există o relatare conform căreia Ammachi a supt boala din rănile unui lepros.

De îndată ce o persoană s-a transfigurat într-o stare Divină, iluzia separării și credința că o substanță poate să facă rău este dizolvată. În această stare, Ammachi e cunoscută pentru transformarea apei în lapte. Ea exemplifică astfel ceea ce putem reuși când încorporăm complet, Divinitatea în noi.

Un alt aspect al transfigurării implică trecerea de la un aspect pământean la un aspect ceresc. Isis s-a transfigurat din forma ei umană, pământeană în forma ei cerească de pasăre, pentru a-l reconstitui pe Osiris și a da naștere, întru ființă, sfântului copil Horus. Horus are și forma sa pământeană, dar apare și ca un șoim. Thoth, zeul înțelepciunii, deseori se arată în forma sa cerească – un babuin. Hathor, zeița iubirii și a frumuseții, apare precum o vacă, iar Anubis, zeul care păzește porțile dintre lumi, apare în aspectul său ceresc precum un șacal.

În procesul de transfigurare trebuie să ne ridicăm vibrația la un nivel mai înalt decât cel pe care îl avem în lumea grosieră materială. Nu putem rămâne în energia împovărată de griji materiale și pământești. Dacă sunteți prea denși, nu vă puteți transfigura. Acesta este locul în care dezmembrarea și celelalte practici spirituale pe care vi le-am sugerat sunt de ajutor. Trebuie să fiți capabili să intrați într-o stare de

conștiință divină, pentru a vă transfigura și a vă lăsa în urmă egoul, dorințele și construcțiile mentale.

Transfigurându-ne în Lumină și Iubire Divină, în intermediari spirituali sau în aspectele cerești ale ființei noastre, putem să încorporăm lumina necesară pentru transmutarea poluării din lumea noastră.

Mai există un aspect al transfigurării la care trebuie să privim. Unii maeștri spirituali nu s-au transfigurat doar pe ei înșiși, ci au transfigurat și o substanță pentru a vindeca. De exemplu, cineva poate să aducă Divinitatea în apă, pentru a o transforma în apă sfântă, care poate vindeca. Există apă sfântă, în multe dintre locurile vindecătoare din lume.

În cartea sa În căutarea lui Omm Sety (The Search for Omm Sety), Dorothy Eady descrie ochiul de apă numit Osiron, care emana lumină la templul din Abydos, Egipt. Se spune că acolo este îngropat capul lui Osiris. Ea povestește că a văzut oameni care și-au atins cu această apă părți ale corpului ce aveau nevoie de vindecare și s-au vindecat. Acum acest ochi de apă este foarte poluat. Eu susțin că această apă poate fi din nou impregnată de puterea Divinului.

Mulți oameni fac pelerinaje spirituale la Santuario de Chimayo din New Mexico, unde în pardoseala capelei există o deschizătură umplută cu pământ, care a fost îmbibat de puterea Divinității. De-a lungul vremii, au fost raportate multe vindecări miraculoase, de către oamenii care au pus acest pământ pe corpul lor.

Există o povestire care vine de la foarte mulți discipoli a lui Sai Baba, despre faptul că i-au paralizat picioare, fiind otrăvit. Discipolii săi s-au panicat și au încercat să-l convingă să meargă la un neurochirurg. Unul dintre discipoli, care era doctor, i-a făcut o mulțime de teste. Într-o zi, Sai Baba a de-

clarat: „Am obosit de toate astea". În acel moment, și-a stropit un picior cu niște apă dintr-un pahar. Piciorul s-a îndreptat și a fost vindecat. Doctorul l-a întrebat dacă și el poate face asta. Sai Baba i-a spus că ar putea, dacă i s-ar da putere. Sai Baba a transferat putere către doctor, care și-a pus degetele în paharul cu apă și apoi i-a stropit și celălalt picior paralizat. S-a îndreptat și acela, iar Sai Baba a fost vindecat.[6] În acest caz, eu cred că apa a fost binecuvântată cu puterea Divinității și a fost transmutată în apă vindecătoare și sfântă.

Vă voi spune mai multe despre acestea, în Partea a VI-a, „Ceremonii pentru transmutare".

Puteți folosi practica transfigurării în viața voastră zilnică. Mulți dintre studenții pe care i-am învățat să călătorească pentru transfigurare au mărturisit că există momente în care invocarea unei stări divine în viața lor obișnuită le e de ajutor. De exemplu, dacă vă găsiți într-o situație dificilă la muncă sau cu o persoană iubită, prin intenție puteți aduce în interiorul vostru o forță Divină plină de compasiune, care poate transmuta energia situației.

Folosind principiul lui, „Precum sus, asemenea și jos. Precum în interior, asemenea și în exterior", vă sugerez să scoateți la iveală Divinitatea care trăiește în interiorul vostru.

Invocarea Divinității interioare aduce Lumina, Iubirea și Compasiunea, care sunt „leacuri vindecătoare" pentru Pământ și pentru noi înșine. Dar fiți atenți! E necesar un ego sănătos, pentru a face aceasta. Nu e de dorit să începeți a vă crede Iisus sau o altă figură religioasă. O parte a mersului pe muchie de cuțit a căii noastre spirituale este aceea de a nu vă pierde identitatea, iar o alta este aceea de a fi capabili să vă schimbați starea de conștiință, la voință.

Este bine cunoscut că șamanii trec dintr-o lume în alta când doresc. Diferența dintre un șaman și un bolnav psihic este că șamanul traversează la voință, pe când psihoticul se blochează, nefiind conștient în ce realitate se află.

Pentru a avea succes în practica voastră spirituală și în vindecarea Pământului, trebuie să fiți capabili să intrați în legătură cu forțele Divine și să întrerupeți contactul cu acestea, când vreți.

EXERCIȚII

La fel ca și cu dezmembrarea, gândiți-vă dacă doriți să efectuați exercițiile de transfigurare. Asumați-vă responsabilitatea pentru locul în care vă aflați în acest moment al vieții voastre, din punct de vedere spiritual și emoțional. Dacă faceți restul exercițiilor din această carte, omițând exercițiile de dezmembrare și transfigurare, veți vedea că viața voastră tot se va transforma într-un mod puternic. Exercițiile de transfigurare se adresează oamenilor care s-au implicat vreme îndelungată în practici spirituale.

După ce v-am oferit un exemplu de vizualizare pentru dezmembrare, puteți să vă creați propria voastră vizualizare. Acum ați văzut sensul dezmembrării: de a pierde acele părți care vă blochează, vă opresc de la a fi într-o stare divină. Folosiți orice elemente simțiți că sunt în regulă pentru voi. Puteți să folosiți elemente din alte exerciții din această carte, pentru a crea spațiul sacru care să susțină profunzimea experienței voastre.

Este de dorit ca transfigurarea să fie trăită din starea dezmembrată. Puteți trăi experiența cu încorporarea Luminii Divine, atunci când vă întoarceți din experiența de dezmembrare, sau poate doriți să încorporați animalele voastre de

putere, sau o figură religioasă sau învățătorul spiritual cu care lucrați.

Vă sugerez să trăiți aceasta pentru o perioadă scurtă de timp, până învățați să lucrați cu această energie. Pentru început, e indicat să nu depășiți 15 minute. Durata va depinde de practica voastră spirituală, de nivelul la care vă aflați și de puterea de concentrare. Dacă acum este prima dată când aflați despre practicile spirituale, nu vă grăbiți. Eu cred că doar „ritmul lent, dar susținut, câștigă cursa". Ați putea să treceți prin dezmembrare și transfigurare, pe fondul unei melodii care să vă susțină starea meditativă de conștiință. Sau puteți programa un ceas, care are o alarmă blândă sau cântă. Nu e indicat să ieșiți printr-un șoc din această experiență, întrucât aceasta vă poate lăsa dezorientați și dezrădăcinați. Remediul pentru o astfel de situație este să reintrați în experiența voastră și să reveniți încet în cameră și în corpul vostru. A sta în natură cu intenția de a vă împământa poate fi de ajutor, de asemenea. Dacă nu puteți merge într-un loc din natură, vizualizați-vă stând ca un copac cu rădăcinile în pământ și simțiți cum corpul vostru seamănă cu trunchiul unui copac.

După ce ați avut experiența transfigurării, vreme de câteva minute, reîntoarceți-vă lent în cameră și la corpul vostru. Puteți folosi aceeași cale pe care v-am descris-o în experiența de dezmembrare, sau folosiți orice metodă cu care sunteți obișnuiți, atunci când reveniți dintr-o stare de meditație.

De asemenea, puteți să trăiți transfigurarea, în timp ce incantați sau intonați, sau când invocați Divinitatea.

Această experiență vă va permite să efectuați munca din următoarea parte a cărții, care este despre transmutarea apei pe care o beți, a mâncării cu care vă hrăniți, a aerului pe care îl respirați, și a corpului și a pământului pe care îl

folosiți. Lumina și iubirea vindecă, dacă le putem aduce complet în ființa noastră.

Ne-am ocupat de aspectele cerești ale zeilor și zeițelor Egiptului Antic. Acum este momentul să vă conectați cu aspectul ceresc al propriei voastre ființe. Folosind metodele de meditație din exercițiile anterioare, sau propriile voastre metode de accesare a informației spirituale, cereți să vă fie arătat propriul vostru aspect ceresc al Divinității interioare.

Un nivel al acestui aspect Divin propriu va fi Lumina, și puteți alege să vă opriți acolo. Dar există și alte aspecte intermediare ale Divinității.

Dacă alegeți să lucrați cu unul dintre acestea, cum ar arăta acesta pentru voi? Care sunt calitățile, darurile și puterile care vin cu acest aspect ceresc al ființei voastre?

Puteți să vă transfigurați din forma voastră pământeană, în această formă cerească, atunci când lucrați cu procesul de transmutare.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să vă reamintiți că sentimentele de separare față de Divinitate și față de alte ființe sunt toate o iluzie. Pentru a restabili legătura cu Divinitatea și cu viața din jurul vostru, chemați Divinitatea în toate elementele poluate ale Pământului. Trebuie să vă transfigurați în Divinitate și în puterea absolută a universului.

Părțile formulei pentru transmutare, pe care le-am folosit aici, sunt:

Intenția: Menținând intenția de a vă reaminti că sunteți conectați cu sursa și lăsând divinitatea să strălucească, puteți

dizolva egoul și puteți să vă transfigurați în energia necesară pentru ca transmutarea să aibă loc.

Iubire: Iubirea este tot ceea ce există, atunci când ne dăm seama că dualitatea vieții este doar o iluzie. Aspectul divin necesar pentru transmutare încorporează iubirea.

Armonie: Moartea și renașterea vă dau forma unei vieți care îmbrățișează armonia, atunci când vă reamintiți legătura voastră cu tot ceea ce este viu. Trebuie să fiți într-o stare spirituală și emoțională de armonie, pentru a vă transfigura în Divin, încorporându-i luminiscența.

Uniune: Dezmembrarea și transfigurarea sunt uniunea cu absolutul.

Focalizare: Trebuie să vă păstrați atenția și focalizarea asupra intenției de a dori să radiați luminiscență.

Concentrare: Trebuie să vă concentrați asupra practicilor care vă permit să aveți experiențele transformative ale morții, renașterii și transfigurării.

Imaginație: Trebuie să fiți capabili să vă imaginați aspectele cerești din voi și din jurul vostru.





PUTEREA SUNETULUI ȘI A CUVINTELOR

Cunoscătorul misterului sunetului cunoaște misterul întregului univers

Maestrul Sufi Hazrat Inayat Khan

Sunetul vindecă, iar cuvintele creează magia manifestării fizice. Acestea sunt concepte pe care le găsim în tradițiile spirituale ale multor popoare. Deja am atins subiectul folosirii incantațiilor și mantrelor și cunoaștem din cercetările unor oameni precum Don Campbell și Robert Gass faptul că incantațiile au proprietatea de a vindeca.

Deși recent redescoperit în vest, conceptul potrivit căruia sunetul poate vindeca este cunoscut de foarte mult timp. Incantațiile vedice și mantrele yoghinilor, precum și cântecele șamanilor din Siberia, din Asia și din Europa de Nord, cele două Americi și Africa sunt de multă vreme folosite pentru transmutarea bolilor și toxinelor. Robert Gass scrie despre fascinația misticilor pentru armonice, care apar în serii matematice precise. El spune că puterea vindecătoare a armonicilor sunetelor poate fi văzută precum „lumina în muzică".[1] Și adaugă că una dintre definițiile cuvântului healing (vindecare) este „a scoate un sunet".[2]

Scripturile hinduse ne învață că aum este silaba sacră din care a fost manifestat întregul univers. Rugăciunile creș-

tinilor, evreilor și musulmanilor se încheie cu cuvântul amin, iar Daniel Reid, o autoritate în medicina chineză tradițională și în practicile taoiste de vindecare, afirmă în cartea sa Îmblânzirea puterii universului că savanții cred că amin este derivat direct din această silabă sanscrită antică.[3]

Ahmed Abdelmawgood Fayed, egiptolog și conferențiar, spune că, pentru evreii musulmani și creștini, traducerea cuvântului amin este „zeul invizibil". În aceasta găsim legătura.

Se știe că gândurile și atitudinile noastre dau formă lumii noastre. Este momentul să lucrăm cu puterea cuvintelor, astfel încât transmutarea poluării să se poată întâmpla. Cuvintele au fost folosite dintotdeauna pentru a da formă, în manifestarea fizică, a ceea ce este lipsit de formă. În majoritatea religiilor lumii, creația a început cu cuvântul rostit. În Geneză se spune că Dumnezeu a creat lumea rostind „să fie lumină". Noul Testament spune „La început a fost cuvântul și cuvântul era Dumnezeu" (Ioan 1.1.). Am văzut, de asemenea, că acest fapt este amintit și în miturile egiptene ale creației.

Robert Gass ne împărtășește mai multe exemplificări ale folosirii sunetului pentru a crea. Zeul grec Orfeu manifesta formă prin cântecele sale magice. În cosmologia hopi, zeul soarelui și zeița pământului incantează viața întru ființă. Miturile creației din Africa, Australia, Polinezia și Japonia includ credința că viața și materia sunt create prin sunetele scoase de Divinitate.[4]

Anticii luau foarte în serios puterea cuvântului. În limba sanscrită se crede că fiecare silabă și vocală rostită trimite o vibrație în întregul univers, care se întoarce ca și manifestare fizică. Un mit hindus al creației ne spune că lumea a răsărit din craniile colierului lui Kali, fiecare dintre acestea fiind o literă a alfabetului sanscrit.[5] Egiptenii antici credeau că fiecare

cuvânt are putere magică și acordau o mare atenție rostirii fiecăruia. Ei știau că anumite combinații de cuvinte pot crea în univers o energie care influențează materia fizică. În locul anumitor cuvinte erau folosite metafore, pentru a nu folosi cuvântul în sine; altfel ar fi apărut o manifestare imediată.

Cartea egipteană a morților afirmă că numeroase cuvinte din limba egipteană pot fi traduse ca „magie". Cel mai obișnuit dintre aceste cuvinte este heka, al cărui echivalent în limba coptă a devenit cuvântul grecesc mageia. Heka se traduce în multe feluri, dar cel mai important sens al său are de-a face cu puterea cuvintelor. În magia egipteană, acțiunea și cuvintele erau deseori unul și același lucru.[6]

Jean Houston spune că prin numire se creează conștiința. Pentru oamenii antici, cuvântul preceda toată creația. Deîndată ce un anume lucru era numit, avea o viață și putea fi cunoscut. Acesta este substratul noțiunii egiptene de heka.[7]

Caroline Casey, în cartea sa, A face zeii să lucreze pentru tine (Making the gods work for you), îl citează pe filozoful medieval Nicolas din Cusa: „Dacă am înțelege adevăratul nume al unui singur lucru din creație, am putea înțelege mintea lui Dumnezeu."[8]

Folosind cuvinte, incantații și mantre, egiptenii și hindușii au putut să transmute durerea și boala. După Michael Harner, pentru șamanii din America de Sud și șamanii saami din Laponia și Norvegia folosirea incantațiilor pentru a chema vindecarea face parte din tradiție. Populația saami, de exemplu, folosește anume cuvinte sau fraze pentru vindecarea durerilor de cap.

În Biblie găsim multe exemple, în care Iisus vindecă oamenii prin folosirea cuvintelor. Moise a folosit și el anumite cuvinte când a cerut Mării Roșii să-și despartă apele și

să permită evreilor să evadeze din Egipt. Druizii foloseau și ei incantațiile magice pentru vindecare și creație.

Cuvintele și formele-gând creează o vibrație care ajunge departe în univers, creând note muzicale. Trebuie să fim atenți dacă trimitem note muzicale armonioase în univers, care la rândul lor creează armonie, sau dacă trimitem note dizarmonioase, care creează haos și boală. Prin cuvintele noastre, noi chemăm puterile Divinității și manifestarea întru ființă. În introducere și în partea a III-a, am folosit metafora prin care cuvintele sunt privite ca fiind semințe ce sunt plantate. În funcție de ceea ce semănăm, va crește o plantă sau alta.

Rareori dăm atenție puterii cuvintelor pe care le folosim.

În ignoranța noastră, ajungem să chemăm la ființare un mare haos și o mare poluare. Facem același lucru cu formele noastre gând. Dacă Divinitatea ne-a creat după chipul și asemănarea sa și Divinitatea este perfectă, atunci și noi suntem perfecți. Dacă spunem despre noi înșine lucruri care sunt împotriva perfecțiunii noastre, ieșim din armonie cu Divinitatea din interiorul și din exteriorul nostru, lucru care poate cauza boli. De exemplu, dacă spuneți că nu sunteți suficient de buni sau credeți că nu meritați, cuvintele voastre nu sunt în armonie cu creația Divinității.

Trebuie să lucrați la readucerea gândurilor și cuvintelor într-un cântec al armoniei. Fără această armonie, nu poate exista uniune. Fără armonie și uniune, nu poate avea loc transmutarea. Universul cântă note de o armonie splendidă. Este armonios cântecul vieților și credințelor voastre?

EXERCIȚII

Este momentul să explorați energia și vibrația din spatele cuvintelor pe care le folosiți. Călătoriți sau meditați asu-

pra unui cuvânt care are energie pentru voi. Scrieți acest cuvânt. Citiți-l și gândiți-vă la el, de-a lungul zilei. Observați ce vibrație are acest cuvânt.

De exemplu, cuvântul cu care am început eu acest proces este „brilliance" (splendoare, strălucire, luminozitate, radianță). Atunci când am meditat asupra lui și l-am repetat de-a lungul zilei, am putut să percep vibrația magică pe care o creează acest cuvânt. Pe măsură ce am continuat cu acest proces m-am atașat atât de mult de cuvântul armonie, încât mi-am numit mașina „Harmony".

Păstrați o listă a cuvintelor pe care le auziți, le citiți sau gândiți și care au energie magică în spatele lor.

Observați cum, atunci când intrați într-o stare negativă de conștiință, gândurile și cuvintele voastre transmise în exterior nu mai au o vibrație pozitivă. Gândiți-vă la efectul pe care îl vor avea această vibrație și energie întunecate emise în exterior asupra vieții voastre și la modul în care aceasta afectează sănătatea Pământului. Imaginați-vă viață ca fiind o grădină. Ce cuvinte-semințe doriți să plantați, să îngrijiți și să priviți cum răsar și cresc? Alegeți cu grijă cuvintele-semințe.

Pe măsură ce începeți să observați energia și vibrația cuvintelor, fiți mai conștienți de cuvintele pe care le folosiți în conversațiile cu alții. Gândiți-vă la ce fel de vibrații chemați cu ele, pentru voi și pentru alții. Gândiți-vă la ce fel de plante vor crește din semințele pe care le-ați plantat.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să folosiți în conversațiile cu voi înșivă și cu alții cuvinte care creează o vibrație a iubirii, armoniei și unimii cu Divinitatea. Folosind anumite cuvinte, puteți ajuta ca poluarea să fie micșorată.

Părțile formulei pentru transmutare folosite aici sunt:

Intenție: cuvintele creează intenția de a vindeca sau de a crea boală.

Iubire: cuvintele care au puterea de a vindeca cuprind vibrația iubirii. Iubirea vindecă.

Armonie: notele armonioase trimise în univers vor crea armonie, care va fi reflectată de viața și de mediul vostru.

Uniune: acolo unde există armonie, există uniune. Uniunea este energia din spatele transmutării.

Focalizare: trebuie să aveți o focalizare puternică pentru a crea intenția de a folosi cuvinte vindecătoare.

Concentrare: este nevoie de o mare concentrare pentru a fi conștienți de cuvintele pe care le folosiți în dialogul interior și în conversațiile cu alții.

Imaginație: trebuie să fiți capabili să vă imaginați energia și vibrația care este trimisă în exterior, prin cuvintele pe care le folosiți.





PUTEREA APRECIERII ȘI A RECUNOȘTINȚEI

Una dintre cele mai puternice metode pe care le cunosc pentru transmutare este înțelegerea magiei aprecierii. Atunci când ne aflăm într-o stare de apreciere și recunoștință, un văl se ridică, revelând o stare de perfecțiune și de Divinitate. Această cheie poate fi ușor lăsată deoparte. Dăm atât de multă putere tehnicilor și în același timp negăm puterea simplei schimbări a percepției și a stării noastre de conștiință ca și forță conducătoare a transmutării. Percepția este o cheie în orice. Modul în care vă percepeți situația poate fi o unealtă pentru transmutare.

În această parte a cărții v-am prezentat conceptul dizolvării simțului individualității, pentru a vă uni cu sursa vieții și pentru a încorpora Divinitatea, ceea ce creează transmutare. Puteți să efectuați transmutarea prin aducerea iubirii și luminii în corpul vostru, prin transfigurare și prin punerea mâinilor. Puteți transmuta folosind puterea sunetului, incantând și folosind magia cuvintelor și a rugăciunii. Transmutarea poate să se întâmple, pur și simplu, printr-o stare de observare, așa cum am aflat de la Krishnamurti și David Bohm, sau puteți transmuta, folosindu-vă imaginația pentru a vizualiza și a trăi cu toate simțurile un mediu perfect și divin, lipsit de orice poluare.

Fără o stare de conștiință plină de apreciere, nu cred că veți avea succes cu niciuna dintre aceste metode. Corpul vostru este cel care conține energia Divină, fie că o invocați să vina de deasupra sau o chemați să se manifeste din interior.

Aici ajungem la metafora egiptenilor antici, care percepeau trupul ca pe un templu. Trupul este templul Divinității. Ca să vă puteți folosi trupul pentru a emana lumină și a transmuta prin atingere, sunet, rugăciune și vizualizare, trebuie să vă aflați într-o profundă apreciere a corpului vostru. Pentru a transmuta ceea ce este bolnav în viața voastră, trebuie să fiți într-o stare de apreciere a vieții. Pentru a transmuta poluarea mediului, trebuie să încorporați aprecierea pentru Pământ, elemente și tot ceea ce este viu.

Aprecierea, cinstirrea și recunoștința sunt cuvinte magice, care vă dau putere de a transmuta. În partea a II-a am lucrat cu identificarea acelor lucruri care vă reamintesc faptul că viața este prețioasă. Acum trebuie să lucrăm cu ceea ce apreciem și cu motivele pentru care apreciem.

EXERCIȚII

Cheia în munca de aici este să ne schimbăm percepția asupra lumii, lucru care în sine transformă lumea noastră. Pentru a transmuta poluarea din corpul nostru și de pe Pământ, trebuie să apreciem și să mulțumim fiecărui lucru care compune corpul și lumea noastră. E necesar ca această practică spirituală zilnică să devină o obișnuință. Eu vă dau unele sugestii despre ce anume ați putea să apreciați, dar puteți să adăugați orice la această listă. Vă rog să vă amintiți să mulțumiți pentru toate lucrurile pe care le apreciați.

Apreciez apa din jurul meu și ploaia care vine de sus pentru ....;

apreciez aerul pe care îl respir pentru ....;
apreciez Pământul pe care locuiesc, pentru ....;
apreciez soarele și lumina care vine de la el și pe Pământ, pentru ....;
apreciez ființele vii, plantele, copacii, pietrele, animalele, insectele, etc. cu care împart această minunată planetă pentru ....;
apreciez mâncarea pe care o mănânc pentru ....;
îmi apreciez picioarele pentru ....;
îmi apreciez tălpile pentru ....;
îmi apreciez trunchiul pentru ....;
îmi apreciez brațele pentru ....;
îmi apreciez palmele pentru ....;
îmi apreciez gâtul și umerii pentru ....;
îmi apreciez capul pentru ....;
îmi apreciez ochii pentru ....;
îmi apreciez nasul pentru ....;
îmi apreciez gura, limba, dinții pentru ....;
îmi apreciez pielea pentru ....;:
îmi apreciez unghiile pentru ....;
îmi apreciez părul pentru ....;
îmi apreciez creierul pentru ....;
îmi apreciez inima pentru ....;
îmi apreciez plămânii pentru ....;
îmi apreciez ficatul pentru ....;
îmi apreciez stomacul pentru ....;
îmi apreciez rinichii pentru ....;
îmi apreciez pancreasul pentru ....;
îmi apreciez pieptul, sânii pentru ....;
îmi apreciez organele masculine/feminine pentru .....;
îmi apreciez sângele pentru ....;

îmi apreciez sistemul endocrin pentru ....;
îmi apreciez nervii pentru ....;
îmi apreciez oasele pentru ....;
îmi apreciez articulațiile și cartilagiile pentru ....;
îmi apreciez coloana vertebrală pentru ....;
îmi apreciez celulele pentru ....;
îmi apreciez ADN-ul pentru ....;
îmi apreciez prietenii și locul unde stau pentru ......;
îmi apreciez colegii de muncă pentru ....;
îmi apreciez serviciul pentru ....;
îmi apreciez casa pentru ....;
îmi apreciez creatorul pentru.................................;
simt o profundă apreciere pentru viața mea pentru............................;

Faceți aceasta în fiecare zi, chiar și atunci când sunteți deprimați, anxioși, mânioși sau frustrați. Lucrați în special asupra părților din corp care au nevoie de vindecare. Când întâlniți cu ceva ce nu puteți aprecia, conștiența voastră este condusă spre locul în care lipsește armonia în viața voastră și în credințele voastre.

Ori de câte ori vă temeți că puteți pierde ceva, cum ar fi sănătatea, căminul, etc., schimbați frica în apreciere. De exemplu, dacă vă temeți că v-ați putea pierde căminul din cauza unui dezastru natural, apreciați-vă în mod special căminul. Dacă vă temeți că vă pierdeți sănătatea, schimbați-vă gândurile și fiți recunoscători pentru că aveți un corp sănătos.

Continuați să lucrați cu toate fricile. Această practică va aduce lumină asupra tuturor locurilor întunecate din interiorul vostru. Deseori e nevoie să intrăm adânc în interiorul nostru pentru a ne găsi puterea. Eu vă sugerez să intrați adânc în interiorul vostru pentru a vă găsi Lumina. Atunci

când aduceți lumina în voi înșivă și în viața voastră, singurul rezultat posibil este transmutarea.

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, trebuie să vă concentrați și să rămâneți într-o stare de profundă apreciere și recunoștință, aducând lumină în toate locurile întunecate ale Pământului.

Părțile formulei pentru transmutare folosite aici sunt:

Intenție: dacă păstrați intenția de a fi recunoscători, lumea voastră personală și lumea din jurul vostru se vor transforma într-un mod frumos.

Iubire: aprecierea este o stare a iubirii. Iubirea creează transmutare.

Armonie: atunci când vă aflați într-o stare de apreciere, vă mișcați în armonie cu voi înșivă și cu forțele Divine din interiorul și din jurul vostru.

Uniune: aprecierea vă aduce într-o stare de uniune cu sursa întregii vieți. Acolo unde există uniune, există transmutare.

Focalizare: menținerea intenției de fi într-o stare de constantă apreciere necesită focalizare asupra viziunii voastre.

Concentrare: trebuie să fiți capabili de a vă concentra asupra focalizării intenției voastre.

Imaginație: trebuie să puteți să vă imaginați într-un loc al aprecierii a tot ceea ce este și să vă imaginați transformarea care poate avea loc prin încorporarea acestei stări de a fi.





TEME DE GÂNDIRE

SINGURUL LOC SIGUR ESTE ÎN INTERIORUL VOSTRU

Supraviețuirea face parte din programul nostru genetic. Astfel, atunci când se întâmplă o catastrofă sau dacă ne gândim că suntem în pericol, avem o pornire biologică de a încerca să găsim siguranța. Ca ființe biologice, petrecem o mare parte a timpului și consumăm o mare parte a energiei noastre încercând să creăm o lume sigură pentru noi.

Cu mulți ani în urmă, a existat o prezicere conform căreia Los Angeles trebuia să sufere un cutremur devastator. Mulți oameni au intrat în panică și au părăsit statul. Șoselele erau aglomerate și toate biletele de avion erau vândute. În timpul acestei perioade, un grup de budiști tibetani au venit cu avionul în Los Angeles, pentru a fi în acest loc și pentru a se ruga. Mesajul lor a fost că atunci când se pare că se va întâmpla ceva grav nu părăsiți locul, ci mai degrabă adunați-vă cu alți oameni și trimiteți gânduri pozitive, astfel încât acel lucru nedorit să nu se întâmple. Deși am auzit această poveste cu mai mult de 20 de ani în urmă, mesajul său nu l-am uitat. Recent, incendiile au început să devasteze New Mexico. Era o catastrofă majoră, care a adus distrugeri mari pă-

mântului și locuințelor. Întrucât laboratorul Los Alamos era în calea incendiului, a existat temerea că, în caz că va fi cuprins de foc, radiațiile s-ar împrăștia în aer, mai ales din zonele adiacente, unde au fost îngropate deșeuri radioactive. Mulți oameni au ales să părăsească New Mexico.

Mă întreb totuși: unde poți găsi un loc sigur pe această planetă? Adevărul este că atâta vreme cât avem un trup, suntem întotdeauna în pericol fizic. Nu există niciun loc sigur în care să mergem decât în interiorul nostru, acolo unde putem să ne conectăm la cine suntem cu adevărat. Suntem spirit și din acest punct de vedere nu putem muri niciodată. Dacă locuința noastră este în calea focului, da, trebuie să plecăm. Dar când suntem înfricoșați de un posibil pericol care ar putea să vină, cred că cea mai bună soluție este să nu ne panicăm, ci să stăm liniștiți. Altfel, am fi cuprinși de o energie haotică, din care nu pot apărea soluții. Trebuie să ne adunăm împreună cu alți membri ai comunității, să ne concentrăm pe a manifesta armonie în situația respectivă. Ca și comunitate care lucrează spiritual împreună, putem asigura energia necesară pentru a colabora cu forțele naturii, în loc de a lupta împotriva lor. Ca și comunitate, putem crea spațiul sacru necesar, care să permită transmutarea toxinelor.

A trăi schimbarea la toate nivelele este parte a condiției umane. Nu putem evita schimbarea. Putem totuși descoperi că siguranța și casa noastră trăiesc în interiorul nostru; putem învăța cum să stăm centrați în mijlocul unor mari schimbări și putem să ne dăm seama că, atunci când ne adunăm energiile spirituale la un loc cu ale altora, putem crea armonie atât în interior, cât și în exterior.

ATUNCI CÂND CREDEȚI CĂ EFORTURILE VOASTRE PENTRU TRANSMUTARE AU EȘUAT

În această carte mă concentrez asupra miracolelor care se pot întâmpla, atunci când ne schimbăm starea de percepție și de conștiință, mergând pe o cale a practicilor spirituale. Dar, uneori, chiar și cu cele mai bune intenții, eforturile pot părea că eșuează.

Primul loc în care m-aș uita, atunci când încercările par să eșueze este sistemul de credințe. O cheie a acestei lucrări este a avea credință și încredere în puterea Divinității din exterior, cât și a celei din interior, pentru a crea miracolul vindecării și al transmutării. Iisus a spus: „Dacă ați avea credință cât un bob de muștar, ați muta muntele din loc". El ne-a învățat că oricât de mică ne-ar fi credința, tot ar fi suficientă pentru ca miracolul să se întâmple.

Zeul egiptean Osiris mi-a lăsat acest mesaj, după ce l-am întâlnit într-o călătorie șamanică: „Când cineva folosește doar voința, nu are putere adevărată. Puterea adevărată vine atunci când cineva se deschide și se predă forțelor care sunt".

În cartea sa, Semănatul și recolta, Neville ne inspiră să continuăm căutarea, atunci când scrie: „În principiu, transformarea este permanent posibilă, întrucât ființa transformată trăiește deja în noi, problema este de a deveni conștienți de ea.[1]

Pentru a lucra cu miracolele, trebuie să lucrați asupra atitudinilor și credințelor raționale pe care le aveți. Acestea vă pot împiedica credeți că miracolele se pot întâmpla, și mai ales că ele sunt posibile și pentru voi. Atunci când percepeți că munca voastră cu transmutarea a eșuat, căutați să aflați ce lecții ați pierdut. Poate că o să observați ce v-a scăpat. Priviți la ceea ce s-a schimbat prin această lucrare, com-

parativ cu așteptările voastre. Explorați lecțiile și oportunitățile pentru creștere și schimbare care vă sunt prezentate.

Dar nu uitați că totul se întâmplă la timpul potrivit. Când eforturile voastre de a crea schimbare eșuează, vedeți dacă nu cumva încercați să forțați lucrurile. Puneți-vă întrebarea: Oare viața mea și mediul în care trăiesc susțin lucrarea pe care încerc să o fac chiar acum?

Atunci când incendiile ardeau scăpate de sub control în New Mexico, am efectuat o ceremonie șamanică, în care am cerut vânturilor să se calmeze și focului să se liniștească. Deși prognoza meteo a prezis că nu va ploua, am cerut ca ploaia să vină pentru a aduce ușurare pământului. Am cerut ca toate acestea să se întâmple pentru binele cel mai înalt al tuturor celor implicați. În călătorie am încercat să aflu motivele spirituale pentru care avea loc o astfel de catastrofă. Nu am primit niciun răspuns. Acest fapt se întâmplă în mod curent, când pun întrebări de genul „de ce?", deoarece nu întotdeauna trebuie să înțelegem misterele universului.

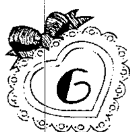
Deși Santa Fe nu era în zona amenințată de foc, am cerut ca pământul de aici să fie protejat. Întrucât am o mare dragoste pentru copaci, mă străduiesc să-mi direcționez rugăciunile pentru protecția lor.

Ceea ce mi-a fost comunicat de spiritele ajutătoare a fost că, deși am crezut că eforturile mele de a opri vântul și focul și de a aduce ploaia au eșuat, rugăciunile mele pentru protecția copacilor din Santa Fe au fost auzite. Am fost îndrumată să continui rugăciunile pentru copaci de-a lungul verii, când pericolul de incendiu va fi mare.

Și m-am rugat în continuare pentru pământ și copaci. Focul a început să se apropie de ruinele sacre de la Santa ClaraPueblo. Știu că rugăciunile multor oameni s-au îndreptat

către tărâmurile spirituale, pentru a opri distrugerea acestor locuri. În timp ce focul se apropia de Pueblo, a fost lansat un avertisment serios pentru vânturi puternice în New Mexico. Deși restul statului a avut parte de vânturi foarte puternice, norii au devenit o barieră în calea vântului care putea să transporte focul. A doua zi, vântul și-a schimbat direcția, întorcând focul asupra pământului care fusese deja ars. Iată un exemplu de cum vine ajutorul, uneori în forme neașteptate. Uneori este dificil pentru no,i ca oamenii, să înțelegem cum munca noastră spirituală are ceea ce am numi succes. Dar spiritele ascultă și vor răspunde atunci când destinul poate fi redirecționat. Contează să continuăm lucrarea. Paracelsus credea că încrederea vindecă toate bolile, dar puțini dintre noi avem credința necesară pentru a solicita manifestarea unui miracol.

Cel mai important este să nu abandonați. Trăim într-o lume care dorește iluminare instant și spiritualitate fast-food. După cum am scris în introducere, nu există scurtături pe calea iluminării spirituale. Trebuie să vă faceți lucrarea, să vă trăiți credințele spirituale și etice și să deveniți și să încorporați Conștiința Divină. Aceasta necesită timp și implicare. Stabiliți-vă intenția de a vă iubi pe voi înșivă și spiritul care trăiește în toate lucrurile, de a găsi armonia în interiorul vostru, de a fi în armonie cu sursa Divină a întregii vieți, de a vă focaliza și de a vă concentra eforturile pentru a încorpora Divinitatea interioară, pentru a vă folosi imaginația întru viziunea unei lumi fără întuneric și în care toate lucrurile sunt posibile, și veți găsi că acea transmutare are loc într-un fel în care îmbrățișează o temporizare potrivită și onorează propria voastră soartă și destin. Dacă ați schimbat măcar ceva prin această muncă, nu ați pierdut. Sensul acestei munci este nu ceea ce faceți în lume, ci ceea ce deveniți. Nu puteți da greș.



Ceremonii pentru transmutare

Imaginează-ți că e noapte și stai în picioare într-un cerc de prieteni. Cerul negru este luminat de felia de argint luminoasă a lunii noi și de nenumăratele stele care strălucesc deasupra, reamintindu-vă de propria voastră strălucire.

Sunteți înconjurați de copacii voștri favoriți și un foc arde trosnind în mijlocul cercului. Puteți auzi spiritele naturii chemându-vă pe nume. Aerul e liniștit și stați în venerație față de ceea ce se întâmplă și într-o apreciere profundă pentru prietenii și natura din jurul vostru. O bătrână pășește în față. Ea începe să scuture o zuruitoare și șuieră, chemând la voi marele spirit iubitor al întregii vieți. Părul începe să se ridice pe brațele și pe ceafa voastră în timp ce simțiți prezența iubitoare sosind. Sunteți atinși de farmecul acestui moment.

Bătrâna cere ca spiritul acestui loc – spiritul pământului, al lunii, soarelui, stelelor, pietrelor, copacilor, apei, aerului, focului, al insectelor, plantelor și animalelor – să fie martor la lucrarea pe care o faceți în acea seară, în timp ce fiecare persoană prezentă se va strădui-să-și exprima complet sufletul. Bătrâna îi reamintește grupului că e dreptul din naștere al fiecăruia să-și exprime complet sufletul, apoi ea cheamă la manifestare, Divinitatea interioară a fiecărei persoane. O briză începe să se simtă, arătând că spiritele sunt prezente

și ascultă. Toți simțiți cum puterea acestui loc urcă în trupurile voastre, umplându-vă de energie specială.

Grupul începe să înalțe cântece care vin din inimă. Este creată o deschidere către lumea invizibilă, iar miracolul vindecării și al creației poate acum să înceapă, pe măsură ce fiecare membru își deschide inima către ceilalți, către spiritul care trăiește în toate, către creator.

Acum este rândul tău să pășești înainte și să spui cu voce tare, în cuvinte clare, rugăciunea ta, pentru a fi binecuvântat cu o viață plină de vindecare, abundență, întregime și armonie. După ce îți spui dorința, pășești către foc, pentru a pune în el talismanul pe care l-ai făcut. Talismanul este un băț din lemn, în jurul căruia ai legat ierburile în care ai împletit credințele și atitudinile care te blochează de a primi și de a folosi darurile Divinității tale interioare. Apoi, spunând adio atitudinilor limitative, îți dai seama că, în mod ciudat, ele au devenit prietenii tăi, întrucât ai auzit acele cuvinte atât de multă vreme.

În cele din urmă, arunci talismanul în foc. Grupul aplaudă, întrucât te iubește și te susține necondiționat, știind că, pe măsură ce tu te vindeci, fiecare participant se vindecă. Spiritele și grupul te primesc și te îmbrățișează cu iubire. Apoi hrăniți focul, marele transmutător, cu puțin cedru uscat, ca mulțumire pentru transmutarea energiei negative în energie vindecătoare.

Te îndepărtezi de foc și mergi la copacul favorit, unde lași o ofrandă compusă din florile care îți plac, o șuviță de păr și ceva dulce, mulțumind pentru viața ta.





NATURA CEREMONIILOR

«Ceremonia» este liantul cultural care face legătura – pentru oameni și prin oameni – între locul oamenilor în natură și natura locului lor, astfel încât există o reciprocitate armonioasă între cultură și mediul său, făcând din cele două un întreg fără fisuri.

JOSÉ și MIRIAM ARGÜELLES

Ceremoniile și ritualurile sunt efectuate pentru a onora spiritele; pentru a onora și sărbători viața și schimbările naturii; pentru a onora, a sărbători și a da recunoaștere riturilor de trecere precum sunt cele folosite în inițieri; pentru a mulțumi după culegerea recoltei și pentru a crea schimbare. Efectuarea unei ceremonii sau a unui ritual va crea transformare.

În viața și munca mea folosesc cuvintele ceremonie și ritual ca echivalente. Pe când am început să scriu acest capitol, m-am întrebat dacă și cum sunt diferite cele două cuvinte pentru mine. M-am gândit la situațiile în care folosesc aceste două cuvinte. Pe măsură ce îmi aminteam workshop-urile din trecut și mă priveam învățând grupuri de oameni, am descoperit că, de obicei, cuvântul ritual îl folosesc pentru a implica o lucrare de vindecare ce va fi repetată de

multe ori, de-a lungul timpului. Un ritual pentru vindecare poate fi repetat în fiecare zi, o dată pe săptămână sau o dată pe lună. Eu tind să folosesc cuvântul ceremonie atunci când vorbesc de o lucrare în grup, care se va face o singură dată, pentru vindecarea și pentru onorarea noastră înșine sau a naturii. Ceremonia poate fi repetată din nou la un moment ulterior, dar de obicei pentru un scop diferit.

În cartea sa Ritual, Putere, Vindecare și Comunitate (Ritual,Power, Healing, and Community) Malidoma Somé, un șaman african, vorbește despre cum vede el diferențele dintre ceremonii și ritualuri. El spune că în ritual rolul nostru este acela de a trimite o chemare către lumea spirituală, pentru a interveni în viețile noastre. Trebuie să luăm inițiativa de a începe procesul, dar apoi trebuie să ne detașăm de rezultate, care vor fi în funcție de voința forțelor pe care le-am chemat. Somé crede că noi suntem doar instrumentele în interacțiunea dintre dimensiuni și tărâmuri. El spune: „Ritual are loc de fiecare dată când un spirit este chemat pentru a interveni în probleme spirituale. Structura ritualului este ceea ce mi-ar place să numesc ceremonie, deoarece poate varia de la un moment la altul și de la un loc la altul. Astfel, se poate spune: ceremonia este anatomia unui ritual. Ea arată ceea ce are loc în lumea vizibilă, la suprafață și astfel poate să fie văzut, observat, corectat."[1]

Eu cred că oamenii din cultura noastră sunt înfricoșați de ceremonii și ritualuri. Crearea ceremoniilor personale și a ritualurilor nu face parte din cultura noastră, deoarece nu am fost învățați despre puterea lor sau despre motivele pentru care sunt create. Ceremoniile și ritualurile rămân misterioase pentru noi și avem tendința să ne înfricoșăm de lucrurile pe care nu le înțelegem. Uneori, ritualurile și ceremo-

niile pot fi asociate cu oprimarea religioasă. Ceremoniile și ritualurile sunt folosite pentru a onora, a sărbători, a vindeca și a transmuta. Atunci când efectuăm o ceremonie sau un ritual, ne asumăm un rol activ în crearea vieților noastre.

După cum spune Malidoma Somé: „Ritualul leagă oamenii de zei sau de Dumnezeu".[2] Jean Houston spune că în Egiptul antic, „magul cunoaște că orice a fost pus în mișcare – o lucrare, o idee, un gând, un ritual – trimite unde rezonante prin întregul sistem, schimbând totul".[3] Ceremonia creează o relație între creator și propria voastră Divinitate interioară, într-un fel care vă permite să deveniți sculptorul vieții și al lumii voastre.

În culturile care continuă ceremoniile primite de la generațiile anterioare, forma este importantă. Aceste ceremonii au fost folosite cu o mare intenție, uneori vreme de secole. Întrucât noi nu avem ceremonii de vindecare pe care să le putem numi ale noastre, trebuie să învățăm arta antică a folosirii ceremoniei și a ritualului pentru transmutare. Nu este potrivit pentru noi să folosim ceremonii care aparțin altor culturi; astfel, e necesar să creăm și să efectuăm ceremonii sau ritualuri personale. Nu există niciun mod corect sau greșit de a face aceasta. Totuși, nu există nicio putere în efectuarea unei ceremonii, dacă o folosim ca pe o rețetă. Ceremonia trebuie să aibă înțeles pentru voi personal, iar prin aceasta se creează suficientă putere pentru a avea rezultate pozitive.

Forma ceremoniei nu este atât de importantă, dar este important să ne asigurăm că elementele esențiale sunt prezente. Toate ceremoniile au început, un mijloc și un final. Începutul implică clarificarea intenției pentru ceremonie, pregătirea și chemarea ajutorului spiritual. Mijlocul este efectuarea ceremoniei în sine. La final, trebuie să mulțumim spiri-

telor care au fost chemate să ajute și apoi să le eliberăm. Se poate folosi formula pentru transmutare, pentru a ne asigura că avem elementele cheie necesare.

Pentru început, trebuie să vă cunoașteți intenția pentru care doriți să efectuați o ceremonie. Este aceasta o ceremonie de mulțumire? Doriți să onorați un ciclu din viața voastră sau din natură? Faceți ceremonia pentru a cere vindecare pentru voi sau/și pentru Pământ? Încercați să chemați ceva anume în viața voastră? Este important să lucrați foarte atent cu intenția. Ceremoniile și ritualurile creează schimbare, și trebuie să aveți grijă ce anume chemați în viața voastră. Caroline Casey scrie: „Neurologii au descoperit că celulele creierului se activează nu doar prin acțiune, ci și, imediat, prin formarea unei intenții".[4]

Cel mai indicat e să folosiți ceremoniile și ritualurile pentru a crea armonie și pentru a lucra în parteneriat cu puterea universului. Nu este recomandat să folosiți ceremoniile sau ritualurile pentru a manipula universul. Am constatat că unele ritualuri seamănă cu lista de daruri pe care și le dorește un copil de Crăciun. Copilul nu se gândește dacă aceste jucării îi vor aduce fericirea sau dacă atunci când le va avea va mai fi încântat de ele.

Nu-i prezentați universului o listă de dorințe, fără să luați în considerare, cu atenție, consecințele. Asigurați-vă că intenția voastră nu pornește dintr-o stare egotică al lui „eu doresc" sau „dă-mi".

Nu cerșiți universului, ci mai degrabă cereți-i să vă binecuvânteze. Folosiți metodele pe care le-ați învățat pentru a intra într-o stare adânc meditativă, din care puteți accesa cele mai profunde dorințe ale sufletului vostru și ceea ce va fi susținut de propriul vostru spirit sau divinitate. Cumpăniți cu aten-

ție dacă dorința de acum va avea aceeași importanță în viitor. Vedeți dacă nu cumva cereți prea mult, lucru care vă va face să vă simțiți copleșiți atunci când universul va răspunde chemării voastre. Dacă sunteți nesiguri de rezultatul pe care doriți să-l primiți, mai bine formulați la sfârșit: „Facă-se voia Ta".

De îndată ce v-ați exprimat intenția, va trebui să vă concentrați asupra menținerii ei pe toată durata ceremoniei sau a ritualului. Concentrarea este necesară pentru a crea rezultate bune. Dacă vi se abate atenția, vă veți pierde și intenția dar și puterea.

Atunci când cunoașteți scopul pentru care efectuați o ceremonie, trebuie să vă folosiți imaginația pentru a-i dezvolta forma. Înainte de a face acest pas, să luăm în considerare spațiul pe care va fi necesar să-l creați, care include și starea de conștiință pe care e necesar să o atingeți.

Este important să vă efectuați ritualul sau ceremonia într-o stare de armonie. Nu este recomandabil să porniți acest proces într-o stare de încărcătură emoțională. Înainte de efectuarea ritualurilor, ne pregătim să intram într-o stare de armonie personală, creând astfel armonie cu puterea universului. Aceasta creează o deschidere care permite spiritelor sau absolutului să lucreze. Pentru a crea armonie, cheia este a da deoparte egoul, astfel încât puterea universului să poată intra. După cum am scris în Partea I, cântecul și dansul au fost folosite în mod tradițional pentru a scoate pe cineva din starea egotică de separare, ca să poată intra într-o stare de conectare și uniune. Folosți cântecele și dansurile ca moduri de a vă deschide, mișcându-vă, împreună cu universul, în afara unei stări egoice și manipulative. Puteți cânta un cântec care să vă deschidă inima, oricare ar fi el. Puteți încerca la început doar să fredonați, până când se va trans-

forma într-un cântec. Puteți să cereți un cântec special doar pentru ceremonie. În dans, experimentați mișcările care vă deschid corpul, permițându-vă să respirați adânc.

Cântecul vă va deschide inima, asigurând armonia și alinierea cu forțele spirituale de care este nevoie pentru a da deoparte vălurile dintre lumi, astfel încât vindecarea și creația să poată să se întâmple.

După formularea intenției și pregătirea stării sufletești, următorul pas va fi de a chema forțele cărora le cereți ajutorul. Cereți ajutorul creatorului cu care ați mai lucrat, sau chemați anumite spirite, cum ar fi zei sau zeițe, sau alte spirite păzitoare. Fiți preciși în solicitarea voastră. Aceasta necesită elementele: intenție, focalizare și concentrare. Trebuie să găsiți un mod de a chema forțele spirituale care sunt de ajutor, precum și de a lăsa să se manifeste propria voastră Divinitate interioară. Șamanii folosesc zuruitoarea, baterea tobei, fluieratul, cântatul și dansatul. Amintiți-vă că, pentru a chema spiritele, cheile sunt intenția și o inimă deschisă; trebuie să vă găsiți o formă proprie de a face aceasta.

Urmând pașii de mai sus, folosind focalizarea și concentrarea pentru a vă menține intenția, acum ar trebui să vă aflați într-o stare de armonie, iubire și uniune. Aceasta este starea necesară înainte ca miracolele să se poată întâmpla.

Înainte de a face pregătirea pentru schimbarea stării voastre de conștiință, e necesar să vă folosiți imaginația pentru a dezvolta ceremonia în sine. Gândiți-vă la modul în care veți chema ajutorul de care aveți nevoie. Puteți să folosiți anumite cuvinte, pe care să le clamați, sau puteți să folosiți cântecul și dansul. Puteți să creați un obiect ritualic pentru a-l dărui elementelor. Atunci când ați terminat, mulțumiți

spiritelor pe care le-ați chemat să vă susțină și să fie martore la lucrarea voastră și spuneți-le că lucrarea e făcută.

În continuare, voi prezenta unele dintre ceremoniile pe care le-am creat pentru diferite scopuri. Unele dintre aceste ceremonii puteți să le efectuați singuri, dar altele sunt mai potrivite de făcut în grup. Acestea sunt doar idei care să vă stimuleze imaginația, astfel încât să vă puteți crea ceremoniile voastre proprii. Țineți minte, forma nu este atât de importantă pe cât de important este spațiul sacru pe care îl creați. Asigurați-vă că, înainte de a începe lucrarea, sunteți focalizați asupra intenției voastre și că vă aflați într-o stare de armonie, iubire și uniune cu restul vieții.

Mai sunt necesare câteva cerințe: asigurați-vă că cinstiți spiritele pe care le-ați chemat; onorați-vă pe voi înșivă; asigurați-vă că nu folosiți puterea pentru a manipula alți oameni sau universul; fiți smeriți; respectați-vă pe voi înșivă și pe alții; lucrați în parteneriat cu natura și cu spiritul care trăiește în toate lucrurile; fiți recunoscători atât pentru viața voastră, cât și pentru formele de viață vizibile și invizibile din jurul vostru; fiți recunoscători pentru tot ceea ce aveți și pentru tot ceea ce veți primi.

Scopul ceremoniei este de a invoca spiritele pentru a le solicita un anumit ajutor pentru voi. Așadar, cheia este crearea unui spațiu în care liniile de comunicare dintre voi și spirite sunt libere și în care spiritele pot veni pentru a face munca necesară.





CEREMONII PENTRU ELIBERARE

Focul este numit marele transmutător al tuturor tradițiilor spirituale. În timp ce făceam cercetări pentru această carte, toate definițiile pentru creator pe care le-am citit în diferitele tradiții spirituale includeau lumina sau focul. Mai devreme în această carte am spus că pentru transmutare cheia este înțelegerea faptului că toată viața este făcută din lumină, că tu ești lumina, că totul poate fi transformat în lumină. Așa că nu sunt surprinsă că focul este văzut a fi o astfel de forță transformatoare, întrucât orice ați plasa în foc este transmutat în lumină și merge înapoi la creator. Peste tot în lume, vreme de mii de ani, au fost folosite pentru vindecare ceremoniile focului.

Există multe feluri de ceremonii în care se folosește focul. Puteți lucra într-un grup în care fiecare persoană are oportunitatea de a face o muncă de eliberare fiind susținut de puterea comunității. Atunci când conduc workshop-uri în care efectuăm o ceremonie a focului, elementele cheie ale puterii vindecării sunt focul și susținerea din partea cercului.

Ceremonia poate fi foarte simplă sau poate să solicite mai multă implicare și efort din partea voastră. Trebuie să decideți dacă a depune mai multă muncă în ceremonie va crea mai multă vindecare pentru voi. Puteți să ardeți, pur și simplu, o bucată de hârtie pe care ați notat ceea ce vreți să

eliberați prin foc. Puteți să creați un talisman, care să fie impregnat cu puterea lucrurilor pe care vreți să le eliberați.

Există o învățătură din șamanism pe care o putem folosi aici: arta șamanică nu reprezintă puterea; arta șamanică este putere. Atunci când faceți un talisman el trebuie să conțină puterea lucrurilor pe care vreți să le eliberați; el nu este o reprezentare. Pentru talisman e bine să folosiți materiale naturale care ard total. E de preferat să vă creați obiectul singuri, în tăcere, astfel încât să-l încărcați cu toate sentimentele pe care vreți să le eliberați. Modalitățile de a împuternici talismanul pot fi: cântatul, verbalizarea, folosirea zuruitoarei sau a tobei, sau să dansați cu el în timp ce vă exprimați dorința. Nu împărtășiți cu nimeni ceea ce ați eliberat, până când nu ați definitivat ceremonia, întrucât astfel se dispersează și se micșorează puterea.

Înainte de a efectua ceremonia de eliberare în sine, asigurați-vă că sunteți pregătiți să spuneți adio lucrurilor de care doriți să scăpați. Puteți să dansați ceea ce eliberați, puteți să cântați, puteți să folosiți zuruitoarea sau toba, sau puteți să spuneți cu voce tare ce anume lăsați să plece de la voi. Dacă lucrați cu un grup, incantațiile, baterea tobei sau folosirea zuruitorii, pe toată durata ceremoniei, va ajuta grupul să-și mențină puterea și focalizarea. Folosiți toate elementele discutate în lucrul cu ceremonia, dar asigurați-vă că îi mulțumiți focului pentru vindecare. Ca mulțumire, eu dăruiesc focului lemn de cedru. Voi puteți să-i dăruiți o plantă uscată de orice fel, pe care s-o simțiți ca pe o ofrandă din inimă, sau puteți dărui o mâncare favorită. Conștientizați că astfel nu împrăștiați negativitate în natură; de fapt transmutați energia în lumină. Mulțumiți spiritelor pe care le-ați chemat și considerați că lucrarea este făcută.

Ceremoniile pentru eliberare pot include:

- *Credințe și atitudini negative și false pe care le-ați identificat și care vă blochează folosirea potențialului creativ și asumarea propriei Divinități.*
- *Sentimentele negative pe care le aveți la adresa altor persoane. Eliberând aceste sentimente înapoi către lumină, vă eliberați de această persoană.*
- *Gânduri negative și credințe care vă sabotează, care revin continuu în mintea voastră și nu lasă iubirea universului să ajungă la voi, pentru a vă trăi viața ca pe aventura care e menită să fie.*
- *Gânduri sau credințe negative care vă opresc de la a primi susținerea din partea voastră însivă, a mâncării, a oamenilor, a creatorului.*
- *Credințe despre motivele pentru care nu puteți să faceți în viața voastră schimbările ce v-ar conduce într-un loc al vindecării, abundenței și armoniei.*
- *Frici care vă opresc de la a trăi complet.*
- *Orice vă împovărează și vă împiedică să vă conectați cu forțele spirituale din voi și din jurul vostru.*
- *Orice vă oprește de la a primi energia luminii și a vieții și de a o dărui înapoi, ca îngrijitor al Pământului.*

Mergând pe aceeași linii cu principiul că Lumina este forța care efectuează transmutarea, puteți să vizualizați o eliberare către lumina asociată cu creatorul vostru.





CEREMONII PENTRU CHEMAREA AJUTORULUI

La fel cum efectuați o ceremonie sau un ritual pentru a elibera ceva care vă blochează călătoria prin viață, tot așa puteți chema susținerea care vă poate fi de ajutor. Din nou, trebuie să subliniez etica. Vă rog nu folosiți ritualuri pentru a manifesta dorințe care vin din ego și nu de la Spiritul Divin. Dacă vă trăiți viața într-un loc al armoniei, veți fi capabili să manifestați acele lucruri care vă aduc plenitudine. Puteți lucra pentru a chema sănătatea, o muncă plină de satisfacții, relații care vă ajută să creșteți (prieteni, comunitate sau un partener de viață), ajutor în exprimarea creativității sau pentru a fi un îngrijitor al Pământului. Gândiți-vă și meditați asupra adevăratelor dorințe ale inimii voastre.

Folosind puterea magică a sunetului, găsiți cuvinte de putere, sau confecționați un talisman din materiale naturale pe care să-l înzestrați cu dorința inimii voastre, lăsându-l într-un loc de putere. Puteți să vizualizați sau chiar să puneți dorința inimii voastre într-un balon care, zburând, să poarte în eter mesajul vostru. Folosiți-vă imaginația pentru a crea un ritual prin care să chemați ajutorul și prin care să trimiteți un mesaj despre lucrurile de care aveți nevoie chiar acum în viața voastră, pentru a vă simți împliniți.

De îndată ce v-ați pregătit atât pe voi, cât și spațiul vostru, dacă vă aflați în armonie și în uniune cu Divinitatea, rugăciunea voastră va fi auzită. Universul vă va aduce ceea ce ați cerut, dar nu întotdeauna în forma în care vă așteptați. Atâta vreme cât solicitați ajutor întru binele vostru superior și acceptați „facă-se voia Ta", veți observa că primiți ceea ce a cerut sufletul vostru.

După cum am mai spus, puteți folosi ceremoniile pentru a recupera sufletul unei bucăți de pământ, al unei case sau al unui loc de muncă. Tot ceea ce este viu are un suflet, o esență, o forță vitală care poate să fi fost pierdută și nerecuperată. Totuși, cred că e un pic prezumțios să chemați înapoi sufletul întregului Pământ; dacă nu se schimbă conștiința oamenilor, cum va fi îngrijit acest suflet? Începeți cu pași mici.

Se poate să existe o bucată de pământ care vă este cunoscută și pe care vă place să o vizitați, sau poate pământul pe care trăiți se simte lipsit de forță vitală. Dacă ați lucrat asupra vindecării propriului vostru suflet pentru a deveni mai prezenți în viața voastră, lipsa forței vitale dintr-un loc vă va deveni evidentă. Nu trebuie să proiectăm idei precum că acel pământ a fost traumatizat datorită unui incendiu, uragan, cutremur sau alt dezastru; de fapt, aceste forțe de obicei vindecă pământul, într-un fel sau altul. De exemplu, focul creează căldura care este necesară pentru a permite anumitor semințe să germineze, iar vântul și ploile au deseori un efect de curățare. Oamenii sunt traumatizați de astfel de evenimente naturale dar, de obicei, pământul este în regulă. Trebuie să vă acordați cu locul și să înlăturați proiecțiile voastre umane pentru moment, întrebând dacă această bucată de pământ a pierdut sau nu din esența sa. Aveți încredere în adevărul pe care îl simțiți în oasele voastre.

Există nesfârșite ceremonii pe care le puteți folosi pentru a chema sufletul unui loc, așa că fiți creativi. Cântați, folosiți zuruitoarea, aduceți ofrande de mâncare, flori sau ierburi vindecătoare, pentru a ademeni sufletul înapoi către Pământ. Puteți să vă folosiți intenția, focalizarea, concentrarea și iubirea pentru a atinge acest suflet și a-l chema înapoi.

Cu siguranță că lucrarea în grup este cea mai satisfăcătoare. Acest fel de a lucra creează mai multă putere pentru vindecare, întrucât toți cei din grup își deschid inimile cu o singură intenție; astfel se creează și o schimbare de conștiință a oamenilor implicați.

Fiecare persoană va înțelege că Pământul, locul are un suflet. Odată cu modificarea conștiinței, se schimbată și modul în care tratăm locurile în care trăim, susținând astfel forța vitală a Pământului și creând un mediu vindecător pentru viețile noastre.

Aceeași lucrare poate fi făcută cu o casă sau cu un birou. În zilele noastre, arta construirii spațiilor a fost pierdută. Tot timpul, oamenii sunt forțați să construiască tot mai repede și mai ieftin. A fost o vreme când se pregăteau cu grijă materialele și designul – și chiar procesul de construcție. Edificiile erau considerate o lucrare de artă. Aceste construcții rezistă și în zilele noastre. Acum nu ne interesează altceva decât viteza. Rezultatul este că mulți dintre noi trăim și lucrăm în locuri fără suflet. Aceasta are un efect negativ asupra sănătății noastre emoționale și fizice, întrucât propriul nostru suflet nu ne este oglindit de către mediu. Sufletelor noastre le e dor să trăiască și să lucreze în spații pline de energie și forță vitală. Cred că toți am trăit sentimentul minunat al unui loc plin de putere, unde ne-am putut relaxa și unde ne-am simțit sufletul liniștit.

Chemarea și vindecarea sufletului structurilor este posibilă și poate fi făcută cu ușurință. În case, pentru a îndeplini această sarcină eu folosesc cântecul, zuruitoarea și plasarea unor obiecte speciale, în fiecare cameră. De asemenea, mă concentrez asupra curățării fizice a fiecărui centimetru din casă, cu iubire, pentru a chema sufletul său.

Într-un birou încerc să sfătuiesc oamenii să lucreze simplu, pentru că ceilalți colegi s-ar putea simți inconfortabil în cazul unor comportamente care nu le sunt familiare. Obiectele de artă, florile proaspete și alte lucruri din natură (pietre, scoici, bucăți de lemn) plasate în încăpere, cu intenție, concentrare și iubire, vor chema sufletul locului .

Puteți să efectuați o ceremonie și pentru a chema binecuvântările în viața voastră. Cheia, însă, este exprimarea unei intenții clare către spirite; numai astfel puteți compune un ritual.

Recent am condus o ceremonie care marca începutul noului an. Am plasat un bol de apă în mijlocul camerei și am cerut ca spiritele să vină și să binecuvânteze apa, astfel încât toți cei care beau din ea să primească binecuvântări pentru anul ce vine. În acest ritual anume, spiritele ne pot atenționa în vreun fel că au venit. În timp ce chemam spiritele cu zuruitoarea, vântul a început să bată atât de puternic, încât aproape că s-a zgâlțâit clădirea.

Am folosit cântecul și intonările, pentru a ne transfigura în forțele Divine, care vor binecuvânta această apă. În timp ce intonam, ceea ce începuse ca o ploaie normală s-a transformat într-o incredibilă rupere de nori. Era atât de puternică, încât mă întrebam dacă nu o să ne ia la vale. Când am terminat, ploaia a început să scadă în intensitate, iar vântul s-a oprit.

Pentru a sfârși ceremonia, le-am solicitat participanților să folosească puterea cuvintelor ca să trimită în ceruri o rugăciune pentru ei înșiși și pentru planetă.

Trecuse un interval mare de timp, iar oameni continuau să ceară fel și fel de lucruri. Aș fi vrut să le spun: „Bine, e de ajuns pentru acum". Din nou spiritele au intrat în joc. Ploaia s-a pornit din nou, de această dată creând atât de mult zgomot, încât nu ne mai auzeam unii pe alții.

Mesajul a fost primit de grupul nostru și lucrarea a fost finalizată. În ziua următoare, soarele strălucea puternic și nu era niciun nor pe cer. Toți cei prezenți în cameră au fost impresionați de modul în care natura a răspuns la ceremonie, pentru a ne confirma prezența spiritelor pe care le-am chemat.





CEREMONII PENTRU MUNCA ÎN PARTENERIAT

Miracolele se întâmplă atunci când lucrăm într-un parteneriat creativ cu lumea naturală – după cum am menționat mai devreme. Findhorn și Perelandra sunt exemple concrete de cum se pot produce plante și legume extraordinare, atunci când lucrăm în parteneriat cu spiritele naturii.

Peste tot în lume, oamenii au lucrat cu spiritele vremii, într-un parteneriat creativ. Există multe povești despre șamani care au adus ploaia în zone afectate de secetă sau au chemat soarele pentru zonele înecate de ploi îndelungi.

Important este ca în acest gen de lucrare să nu lipsească etica. Aveți grijă ca schimbarea de vreme să nu se întâmple dintr-un motiv banal, cum ar fi acela că nu doriți să vă strice picnicul. Pentru aceasta, întrebați-vă dacă motivul are la bază binele suprem a tot ceea ce este viu în zonă. Nu este recomandabil să folosiți metode spirituale, pentru a manipula puterile existente acolo. Este recomandabil să folosiți metodele spirituale pentru a fi într-un loc de putere alături de forțele naturii, nu mai presus decât ele.

Ca îngrijitor al Pământului, trebuie să folosiți această abilitate pentru binele tuturor ființelor.

Către sfârșitul anilor 1990, Santa Fe a avut cea mai mare secetă din ultimii o sută de ani. Multe grupuri s-au adu-

nat pentru a efectua ceremonii de aducerea ploii. Eu am lucrat pe cont propriu. Am făcut ceremoniile obișnuite, și am pictat o imagine pentru a atrage ploaia către Santa Fe. După ce am pictat imaginea, am observat câțiva stropi de ploaie.

Am decis să călătoresc la spirite și să le întreb de ce nu au avut succes ceremoniile efectuate. Răspunsul pe care l-am primit a fost că oamenii care trăiesc în Santa Fe au uitat că trăiesc în deșert și nu cinsteau pământul. În acea perioadă oamenii se înghesuiau să trăiască în Santa Fe, iar creșterea demografică era destul de îngrijorătoare pentru cei care deja trăiau acolo. Seceta a dus la stoparea eliberării noilor permise de construcție, iar oamenii au început să-și dea seama că pentru a trăi în deșert e necesară conservarea apei. Seceta s-a dovedit eficientă în a-i readuce pe oameni la sentimente de armonie și echilibru cu pământul. De când seceta s-a terminat, permisele de construcție sunt din nou eliberate, dar cu mai mult respect în ceea ce privește conservarea apei.

Este foarte important să nu vă asumați meritele, dacă aveți succes în lucrarea cu vremea. Atunci când ne mișcăm într-un loc al importanței de sine, spunând „priviți, iată ce am făcut", uităm că nu suntem decât o mică piesă din puzzle. Atunci când ne lăudăm cu puterea noastră, o pierdem. Aceasta pare să fie una dintre legile universului care păstrează armonia și echilibrul. Pentru a nu lăsa egoul să se dezvolte disproporționat, e indicat să lucrați cu un grup, atunci când efectuați o ceremonie pentru a influența vremea. În acest mod, nicio persoană nu-și poate asuma meritul pentru succes. Atunci când lucrez cu vremea, încerc să aleg momente când este dificil de a determina influența mea asupra rezultatului. În Santa Fe, lucrul cu vremea presupune de obicei încercarea de a aduce umezeala. Îmi aleg momentul de

lucru atunci când norii sunt groși și există o posibilitate de ploaie. Asta aduce în joc principiul ambiguității, potrivit căruia nu e niciodată sigur care forțele lucrează cu adevărat. Aceasta desigur nu se pretinde a fi o dovadă științifică, dar funcționează bine pentru a ne ajuta să rămânem deschiși la misterele legate de modul în care merg lucrurile în univers.

Mergând pe principiul că orice formă de viață are spirit, cineva poate lucra cu spiritul din elementele care provoacă schimbările de vreme. Atunci când incendiile de pădure au scăpat de sub control în Brazilia, indienii Yanomani au chemat vântul pentru a împrăștia fumul și apoi au chemat ploaia. Yanomani, obișnuiți cu adâncurile umede ale junglei verzi, erau îngroziți. „Nu puteam să vedem focul, ci numai fumul", își aduce aminte Davi Yanomani. „Nu puteam să vedem soarele. Nu puteam să vânăm. Eram înconjurați. Eram înfricoșați."

Deoarece nu mai văzuseră un astfel de fum, nu aveau nicio ceremonie specială pentru îndepărtarea focului. Așa că au improvizat. Au folosit ritualuri obișnuite pentru vindecarea celor bolnavi. Au acceptat și ajutorul șamanilor Kaiapo din Xingu, o regiune din Amazonia Centrală, transportați la Roraima de guvern, care dorea să încerce tot ce ar fi putut să ajute.

În ultimele zile ale lui martie s-au adunat toți șamanii. Mai întâi, au inhalat coaja halucinogenă a copacului virola, fapt care i-a trimis într-o stare de transă. Au cântat și au dansat în ritualuri despre care credeau că îi pot ajuta să comunice cu spiritele universului.

Primul ritual pe care l-au improvizat a fost destinat să cheme vântul, pentru a împrăștia fumul. Al doilea a fost pentru a opri focul. Al treilea, pentru a aduce ploaia în Demini.

Apoi, șamanii au repetat ritualurile pentru oamenii din celelalte zone ale statului Roaraima. „Am trimis spiritele ploii la Apiau și la Catrimani", au spus ei.

Pe 29 Martie, șamanii au mai efectuat o ceremonie. Aceasta era pentru a curăța aerul și pentru a aduce siguranță pentru zborul cu avionul al lui Davi Yanomani, care se pregătea să plece în Brazilia, pentru a vorbi cu guvernul despre efectul acestor incendii asupra poporului său.

Pe 30 martie, seara târziu, și în primele ore ale lui 31 martie au început să cadă ploile peste o mare parte a statului Roraima.[1] În acest caz particular, șamanii au făcut apel la spiritul elementelor. Eu, de asemenea, am lucrat prin apelarea și invocarea spiritelor vremii. Pentru mine, primul pas este să merg afară, să scutur zuruitoarele și să cânt un cântec de putere, care să mă aducă în conexiune cu puterea universală.

Cânt pentru mult timp, până când sesizez o deschidere între lumi. Senzația că s-a întâmplat o deschidere îmi este revelată la nivel intuitiv. Percepția mea se schimbă, și nu mai există o separare între mine și lumea spiritelor. Pe măsură ce mă aflu într-o stare de armonie, percep lumea din jurul meu în armonie.

De îndată ce schimbarea are loc, schimb și cântecul pe care îl cânt. Inspirată de moment, cânt cuvinte care apelează spiritele vremii, pentru a aduce ploaia ce va hrăni plantele, copacii, pietrele, insectele, păsările, animalele și pământul, deoarece toate au nevoie de apă pentru a supraviețui. Îmi trimit cererea cu voce tare prin aer, pentru a cere ajutorul din partea a tot ceea ce este viu. Pentru a chema ploaia, folosesc cântecul și mișcările de dans. Nu cerșesc, ci cer ajutorul de care este nevoie. Cer ca armonia și echilibrul să fie restaurate din nou pe Pământ. Mă detașez de rezultate, știind că dacă cer binele cel

mai înalt pentru supraviețuirea tuturor, chemarea mea va primi un răspuns – uneori în moduri neașteptate.

Atunci când termin, ofer un dar spiritelor vremii, mulțumindu-le pentru că mi-au ascultat cererea. Mie îmi place să le las făină albastră de porumb ca ofrandă, atunci când efectuez ritualuri. Culoarea mea favorită este albastrul, iar porumbul este o mâncare sacră. Această ofrandă are un înțeles profund pentru mine, întrucât cred cu adevărat că las un dar sacru. Îmi place și ciocolata, așa că, de obicei, ofer și ceva ciocolată. Atât una, cât și alta sunt folosite în numeroase culturi indigene. Pot lăsa orice fel de ofrande, în funcție de ceea ce simte inima mea că le-ar plăcea spiritelor sau de ceea ce îmi indică ele.

Atunci când efectuez această ceremonie, o fac în același loc și în același fel. De-a lungul anilor în care am lucrat în această manieră, am început să simt mai multă putere și ușurință de comunicare cu spiritele pe care le chem.

Uneori, când predau workshop-uri în timpul cărora vremea are manifestări extreme, am găsit că cinstirea și mulțumirea strămoșilor locului este un mod eficient de a produce schimbări ale vremii. În locurile în care există ploi puternice, după ce vorbesc cu spiritele strămoșilor, ploaia se oprește și se arată soarele. După ce vorbesc cu strămoșii într-un loc în care este secetă, uneori plouă.

Pe măsură ce învățați cum să vă conectați și să comunicați cu spiritul locului în care trăiți, precum și cu spiritele naturii, veți afla că există multe spirite ajutătoare, pe care le puteți chema atunci când solicitați ca armonia să fie restaurată. De exemplu, în timpul unei călătorii, spiritele mi-au spus că, pentru cei care trăiesc într-o zonă montană, munții sunt cei ce creează vremea. Am primit instrucțiuni să mă co-

nectez cu spiritul muntelui din Santa Fe, pe când mă rugam pentru ploaie. Un alt mod de a aduce schimbări în vreme este prin conexiunea voastră cu pământul în sine.

Doresc să vă reamintesc povestea din partea a IV-a, în care un bărbat cunoscut pentru faptul că lucrează cu vremea a fost chemat să aducă ploaia într-o zonă lovită de secetă. Bărbatul a văzut că problema era creată de lipsa de echilibru și ordine a celor care trăiau în sat. După ce s-a îndepărtat de acei oameni și-a găsit liniștea personală și a armonizat zona, a început ploaia. Învățătura din această poveste este că atunci când vă aflați într-o stare de armonie interioară, mediul în care trăiți va reflecta acea stare.

Armonia este o cheie importantă a transmutării.

PARTENERIATUL CU PROFESIONIȘTII ÎNGRIJIRII SĂNĂTĂȚII

Până acum v-am învățat cum să folosiți metode spirituale pentru a lucra cu toxinele din corp și din mediu – cum să creați armonie. În toate tradițiile spirituale, medicii și vindecătorii au lucrat în parteneriat. Când avem de-a face cu boala e nevoie să ne adresăm trupului, minții și spiritului. Deseori găsesc că atunci când oamenii caută ajutor de la profesia medicală, există un dezechilibru al puterii. Oamenii nu se văd pe ei înșiși ca lucrând împreună cu doctorii, pentru propria lor sănătate și stare de bine. Deseori aud de la pacienți cuvinte precum: „... o să îmi facă ...", „nu am înțeles niciun cuvânt din ceea ce mi-a spus doctorul, dar a spus că o să facă așa", „nu mă simt în largul meu cu tratamentul planificat, dar cred că-l voi urma". Astfel de afirmații nu ajută la adevărata vindecare.

Îi sfătuiesc pe clienți ca, atunci când merg la doctor sau la o operație, să lucreze în parteneriat cu doctorul, pentru a se face bine. Dacă nu înțelegeți tratamentul planificat, puneți mai multe întrebări, astfel încât să simțiți că sunteți parte a acestui plan. Învățați să faceți diferența dintre frica egotică și intuiție. Dacă intuiția vă spune că tratamentul e greșit, spuneți-i doctorului acest lucru.

Cheia aici este să schimbați cuvintele pe care le folosiți și atitudinea conform căreia ceva vă este făcut de către cineva. Începeți să folosiți un limbaj care implică existența unui parteneriat creativ între voi și profesioniștii îngrijirii sănătății voastre. Înainte de a merge să vedeți un doctor formulați o intenție puternică de a invoca puterea unui parteneriat creativ. Înainte de a intra într-o operație, invocați puterea Creatorului vostru sau spiritele ajutătoare cu care lucrați – și chiar propriul vostru suflet – pentru a-și aduce ajutorul și susținerea în procedura fizică.





CEREMONII PENTRU TRANSFORMARE ȘI VINDECARE

În acest capitol, am accentuat necesitatea creării unei stări de armonie pentru a maximiza rezultatele ceremoniei pe care o efectuăm. Starea noastră interioară va afecta starea noastră exterioară, ceea ce va influența rezultatele muncii noastre de transmutare. Și nu trebuie neglijată puterea iubirii, în efectuarea ceremoniilor pentru transmutare. Iubirea vindecă. Puteți efectua nenumărate tehnici și ceremonii pentru vindecare, dar dacă în timpul procesului nu este prezentă iubirea, ele nu vor avea nicio putere. Nu tehnicile vindecă; iubirea face aceasta. Pentru a vă ajuta să vă pregătiți pentru ceremonie și a vă plasa într-o stare de armonie și iubire, puteți folosi oricare dintre exercițiile din partea a II-a, precum și exercițiul de dezmembrare din partea a V-a. Nu uitați, cântecul sau intonarea vă vor deschide întotdeauna inima și vă vor conecta cu puterea universului. Am văzut cum maeștrii spirituali au folosit transfigurarea, schimbându-se din sinele egotic uman într-o ființă de Lumină Divină, apoi folosind această putere a Luminii pentru a vindeca și transmuta.

Orice ceremonie pentru transmutare trebuie să fie creată cu lumină și iubire. Bineînțeles că și celelalte ingrediente – intenția, armonia, uniunea, focalizarea, concentrarea și imaginația – trebuie să fie prezente. Intrând într-o stare de armonie și iubire, devenind una cu Divinitatea, focalizân-

du-vă asupra intenției de vindecare, păstrându-vă concentrarea asupra lucrării pe care o aveți de făcut și folosindu-vă imaginația pentru a vizualiza rezultate de succes, puteți crea energia necesară pentru ca transmutarea să aibă loc.

ARMONIZAREA CU UNIVERSUL

În afară de exercițiile anterioare, puteți folosi următoarea vizualizare, pentru a vă pregăti pentru munca de vindecare, intrând în armonie cu universul:

Încercați să stați liniștiți și relaxați. Închideți ochii și respirați adânc de câteva ori. Permiteți energiei voastre să se extindă în exterior pe cât de mult e posibil, atingând orizontul universului de deasupra voastră, de sub voi, din fața voastră și din spatele vostru. Întindeți brațele în exterior și permiteți energiei voastre să se miște până la marginile universului. Câmpul vostru energetic este fără formă și nu cunoaște limite. Trăiți sentimentul de a fi eliberați de nevoile Pământești și de grijile voastre.

Acum începeți să respirați cu intenție:

Inspirați lumină. Expirați lumină.

Inspirați iubire. Expirați iubire.

Inspirați pace. Expirați pace.

Inspirați puterea universului. Expirați puterea universului.

Inspirați armonie. Expirați armonie.

Continuați această respirație până când atingeți o stare de conștiință în care vă simțiți pregătiți pentru a efectua ceremonia pe care o intenționați.

TRANSMUTAREA GÂNDURILOR NEGATIVE

Această ceremonie funcționează foarte bine în acele zile în care simțiți că sunteți tulburați de gânduri negative, despre voi sau despre alții.

Aprindeți o lumânare și stați la aproximativ un metru depărtare de ea. Trimiteți gândurile voastre negative către lumânare pentru a fi transmutate. Continuați procedeul până când vă simțiți eliberați de gândurile obsesive.

Apoi lăsați lumina lumânării să vă hrănească trupul și hrăniți focul lumânării cu iubirea voastră.

TRANSMUTAREA HRANEI CARE VĂ SUSȚINE

Pentru supraviețuirea fizică avem nevoie de mâncare. După cum am descris în partea a IV-a, nu acordăm destulă importanță alegerii hranei și a modului în care este preparată mâncarea noastră. Gătirea mâncării trebuie să devină un ritual sacru, pentru ca adevărata hrănire și susținere să aibă loc. Dacă gătiți mâncarea în momente când sunteți mânioși sau depresivi, aceasta va avea un efect toxic asupra corpului. Crearea spațiului sacru pentru pregătirea mâncării trebuie să devină o parte a practicii spirituale. Faceți din pregătirea mâncării o ceremonie. Dacă efectuați ceremonia când sunteți grăbiți sau într-o stare de încărcătură emoțională, aceasta va afecta energia care este pusă în mâncare. Gândiți-vă la ceremonia pe care sunteți pe cale s-o efectuați. Situați-vă într-un loc al iubirii și compasiunii, atunci când pregătiți mâncare pentru voi sau pentru alții. Chiar și numai schimbându-vă starea de conștiință, atunci când pregătiți mâncarea, veți fi uimiți de cât de mult se schimbă energia mâncării.

Dacă știți că folosiți ingrediente care nu au fost recoltate sau obținute dintr-un loc în care există iubire și cinstire, chemați Divinitatea în mâncare. Folosiți puterea intenției pentru a o face. Chemați-l pe creatorul vostru, pentru a aduce Iubirea Divină și Lumina sa, în mâncare. Atunci când intrați într-o stare de unime, puteți să vă rugați asupra mân-

cării sau puteți încerca să aduceți Lumină și Iubire către ea, ținând mâinile asupra ei. Cântați atunci când gătiți. Binecuvântați mâncarea, folosind cuvinte puternice.

Dacă nu sunteți hrăniți și susținuți de ceea ce mâncați, cum puteți fi o sursă de iubire? Mâncarea trebuie să fie o sursă de nutriție și iubire, pentru ca voi să înfloriți și să creați o lume bună. Întotdeauna mulțumiți-i vieții care a fost sacrificată, pentru ca voi să trăiți.

Prin pământ, creatorul ne aduce mâncarea care ne va hrăni. Atunci când nu primim darurile și ceea ce creatorul ne oferă, nu cinstim sursa Divină a întregii vieți, implicând faptul că respingem viața. Mâncarea colectează lumina din ceruri și hrana din pământ. Pentru a cinsti Divinitatea și viața însăși, e necesar să cinstiți și să apreciați darurile pe care le primiți, atunci când vă hrăniți. Dacă onorați sursele hranei voastre și mulțumiți pentru ea, transmutați într-un mod natural alimentele, în surse ale vindecării.

Atunci când mănânc, repet în tăcere aceste cuvinte: „Toată viața este din Lumină, eu sunt Lumină, această mâncare este Lumină, cu recunoștință primesc această Lumină în corpul meu, pentru a mă hrăni și vindeca". Poate vi se pare că sunt multe cuvinte, dar, când vă obișnuiți să gândiți în felul acesta, ele sunt foarte liniștitoare. Și nu uitați, înainte de a mânca, puteți să vă puneți mâinile deasupra mâncării, cu intenția de a aduce asupra ei Lumina Divinității.

TRANSMUTAREA ENERGIEI UNUI SPAȚIU

Putem să folosim ceremoniile și pentru a elibera sau a curăța energiile negative dintr-o cameră. Nici aici, forma nu este importantă. Important este să ne reamintim că starea de armonie și iubire interioară ne poate schimba lumea exte-

rioară. Imaginația și propriul vostru geniu creativ vă vor ajuta să dezvoltați moduri pentru a curăța un spațiu. Uneori, eu procedez în mod literal: atunci când simt că un spațiu are nevoie să fie curățat, literalmente îl curăț. Dau cu aspiratorul. Pe măsură ce fac curățenie, păstrez intenția de a cere puterii Iubirii și Luminii să se reîntoarcă în acest spațiu –iar ea se întoarce. Nu m-am aflat niciodată într-un spațiu în care să nu pot să curăț energia și formele-gând negative.

Unele tradiții folosesc tămâie pentru a curăța o cameră. Indigenii americani folosesc salvia, cedrul sau iarba dulce, indigenii australieni folosesc frunze de eucalipt, iar unii șamani din America de Sud folosesc copalul.

Vă sugerez să ardeți orice ierburi sau tămâie care vă plac. Dacă un miros vă place, propria voastră vindecare și energie Divină vor infuza spațiul în care vă aflați.

Pur și simplu, prin intenție și concentrare, solicitați ca lumina Divinității creatorului vostru să vină și să umple spațiul cu Iubire Divină. Această procedură lucrează bine, în mod special dacă vă aflați într-o cameră cu oameni care proiectează în exterior emoții negative. Atâta vreme cât vă aflați în uniune cu Divinitatea, nicio energie negativă din exterior nu vă poate influența. Prin intenție, puteți solicita să vă uniți cu puterea creatorului vostru, ceea ce vă va asigura protecția necesară. Permiteți luminii voastre interioare să se manifeste pentru a ilumina camera în care vă aflați.

TRANSMUTAREA PRIN PERCEPEREA ÎNTREGII ENERGII CA FIIND NEUTRĂ

Un alt mod de a lucra cu energia negativă este de a înțelege că toată energia este doar energie și poate fi percepută ca fiind neutră. Într-o noapte, după orele de predare,

am învățat grupul să joace un joc care implică arta șamanică de a vedea în lumea invizibilă. Jocul este numit "jocul oaselor" și se joacă pe echipe. Din fiecare echipă se alege câte o persoană, care trebuie să țină în pumnii strânși câte un os. Fiecare are un os marcat și unul nemarcat. Apoi, cineva din echipa adversă trebuie să ghicească osul marcat din mâinile concurenților. Una dintre sarcinile coechipierilor este să diminueze concentrarea persoanei care încearcă să „vadă", făcând zgomote puternice și mișcări de distragere.

Când jucăm acest joc, la fiecare câțiva ani găsesc pe câte cineva foarte dăruit în arta „vederii". Atunci când se întâmplă asta, întreb persoana cum lucrează, fiindcă vreau știu ce strategie folosește. În workshopul de care vă povesteam, exista o femeie care părea să fie neobișnuit de dăruită. După ce am vorbit cu ea, am fost impresionată de modul în care percepea energia. Ea este o cântăreață profesionistă din violoncel. Atunci când cântă în concert, spectatorii manifestă foarte multă energie. Unii sunt entuziasmați și plăcut impresionați, în timp ce alții par obosiți și plictisiți. Unii poate că procesează mânia și dezamăgirile zilei, în timp ce alții sunt mulțumiți. Această femeie vede toată energia ca fiind energie neutră. Fie că e o persoană mânioasă sau fericită, mulțumită sau plictisită, toți trimit energie. Ea percepe această energie ca fiind energie neutră, iar acest lucru o ajută să cânte. În jocul oaselor, ea a folosit toate energiile de distragere manifestate de echipa care ascunde pentru a primi energia necesară vederii.

Deci, energia este doar energie. Odată creată, ea nu poate fi distrusă. Doar principiul dualității creează judecățile conform cărora unele energii sunt rele, iar altele bune. Atunci când vă aflați într-un spațiu Divin, acolo nu există dualitate,

ci doar uniune. Astfel, nu există pozitiv sau negativ. Putem folosi acest principiu pentru a transmuta orice energie pe care o simțim negativă, simțind-o ca fiind energie pură, care poate fi folosită.

Imaginați-vă că vă plimbați pe o stradă aglomerată de oraș, unde aerul este îngroșat de emoții puternice, unele pozitive, altele negative, dar dacă le percepeți ca energie neutră, acest lucru vă poate da putere de-a lungul zilei. Acesta este adevăratul înțeles al transmutării. Dacă o persoană poate să o facă, puteți și voi. Până vom învăța cum să ne umplem mediul cu iubire, trebuie să ne folosim intenția și concentrarea pentru a transforma energia existentă fie în energie neutră, fie în energie iubitoare.

TRANSMUTAREA APEI

Atunci când lucrez cu apa, mențin intenția nu doar de a transmuta poluarea din apă, ci și de a transmuta apa obișnuită în apă sfântă, pentru a hrăni și vindeca pe oricine care o bea sau o atinge. Atunci când am călătorit pentru a primi sfaturi despre acest subiect, am primit același mesaj de fiecare dată: „Apa, prin natura sa, îți reflectă propriul suflet. Pentru a crea apă pură și sfântă, trebuie să devii pură și sfântă."

Înainte să încercați să transmutați apa, trebuie să efectuați pregătirea necesară, pentru a vă plasa într-o stare asemănătoare cu cea pe care o doriți a fi reflectată către voi.

Vă sugerez să lucrați cu elementul apă, deoarece acesta pare să fie elementul cel mai ușor de transmutat. La începutul anilor '80 am avut un student care ținea conferințe asupra fenomenelor paranormale. El ne-a împărtășit un lucru impresionant: faptul că se schimbă natura apei, atunci când ea este prezentă la o vindecare. Există experimente

care au dovedit succesul transmutării apei cu ajutorul cristalelor încărcate cu intenții vindecătoare, precum și prin folosirea unor incantații speciale.

Se cunosc incantații vedice și sufite, folosite special pentru transmutare. Aceste incantații sunt vechi și vin de la cei mai serioși practicieni ai acestor sisteme. Întrucât noi nu mai avem asemenea incantații, trebuie să dezvoltăm unele noi. Amintiți-vă că hindușii și egiptenii antici știau de proprietățile magice ale sunetului și cuvintelor. O stare înaltă de conștiință, adăugată la puterea sunetului și la folosirea cuvintelor poate crea schimbarea.

Meditați sau faceți o călătorie, ca să aflați sunetele sau cuvintele pe care le puteți dezvolta într-o incantație pentru transmutare. Apelați la ajutoarele spirituale cu care lucrați sau la Puterea Divină cu care ați învățat să comunicați. În multe tradiții s-a descoperit că intonarea care începe cu silaba **aum** *poate să fie extrem de vindecătoare. În timp ce incantați sau intonați, veți observa că energia voastră se extinde și că vi se schimbă starea de conștiință. Deveniți un vas gol, sau ceea ce în șamanism este numit „osul gol", creând spațiul în care poate veni puterea forțelor Divine cu care lucrați. Eu găsesc că intonarea facilitează procesul de transmutare într-o Divinitate.*

Binecuvântați apa cu cuvintele voastre. Mișcați-vă mâinile deasupra vasului cu apă și permiteți-i Luminii care vine prin voi să infuzeze apa cu lumină. Uniți-vă cu apa, lăsând-o să vă reflecte starea de puritate și iubire, în timp ce chemați întru manifestare propria natură Divină a apei.

Folosindu-vă toate simțurile, imaginați-vă această apă ca fiind pură și sfântă.

Vizualizați apa fiind pură, simțiți-o pură, atingeți-i puritatea, mirosiți și gustați puritatea ei. Eu am găsit că a vă uni cu apa cu care lucrați este un secret al succesului acestei lucrări.

Una dintre chei este să intrați într-o stare de uniune cu unica inimă. Doriți să creați un spațiu din care cereți și permiteți ca apa să se schimbe de la sine, în loc de a încerca să faceți voi să se întâmple ceva.

Lucrați cu apa potabilă obișnuită, pentru a o transforma în apă sfântă. Toată apa este apă sfântă, dar noi am uitat aceasta, așa cum am uitat propria noastră Divinitate. Gustați apa înainte și după ceremonie și observați ce schimbări percepeți în gustul ei sau cum o simțiți în corpul vostru după ce o beți.

Dacă alegeți să lucrați cu apă poluată, va trebui să testați apa înainte și după lucrarea voastră. Puteți folosi incantațiile și intonările pe care le-ați creat pentru scopul transmutării, în loc de simpla incantare sau intonare, fără nicio intenție în minte. S-ar putea să descoperiți că există mai multă putere și rezultate mai rapide atunci când lucrați într-un grup, decât atunci când lucrați de unul singur. Spiritele m-au sfătuit să lucrez cu apă poluată de chimicale, mai degrabă decât cu cea poluată cu ființe vii precum bacteriile, întrucât și bacteriile au drepturi asupra apei.

Aceasta este o lucrare mare. Ea necesită timp, răbdare, credință și multă practică, pentru a avea rezultate. Nu vă dați bătuți după o singură încercare. Gândiți-vă cât de mult ați trăit într-o lume a poluării și acordați-vă timpul necesar pentru a învăța complet practicile spirituale necesare pentru micșorarea poluării. Nu uitați una dintre cele mai puternice chei, care este aceea de a vă imagina posibilitatea unui succes.

În epilog, găsiți descrierea unei astfel de călătorii și ce am învățat din ea.



CEREMONII PENTRU SĂRBĂTORIRE ȘI ONORARE

Dintotdeauna, oamenii au sărbătorit schimbările naturii. Când sărbătorim schimbările lunare și solare, creăm o conexiune vibrantă între noi și lumea naturală. Membrii comunității își exprimă bucuria prin dans și ospețe. În tradițiile druide și păgâne există ceremonii foarte formale, care includ anumite invocații către forțele naturii, precum și cântece care sunt interpretate și poeme citite cu voce tare.

În dezvoltarea propriei voastre ceremonii, trebuie să alegeți elementele pe care doriți să le onorați și sărbătoriți. Faptul de a lucra într-un grup, pentru a sărbători schimbările lunii sau ale anotimpurilor, stabilește o legătură conștientă nu doar cu natura, ci și cu comunitatea în care trăiți. Prepararea împreună a mâncării și statul la masă cu toții onorează schimbările din lună și soare, care hrănesc sau sprijină creșterea hranei care ne susține. A le mulțumi prin cântec și dans creează armonie cu forțele din natură.

Pe măsură ce începe schimbarea anotimpului, este un lucru obișnuit să apară gripa și răceala. Corpul știe că vine o schimbare, dar singurul mod în care majoritatea oamenilor se pregătesc pentru această schimbare este să se îmbolnăvească, iar acest lucru îi face să încetinească ritmul. Imaginați-vă cum ar fi dacă am alege intenționat să ne încetinim rit-

mul și să onorăm schimbarea care vine: armonia s-ar reîntoarce în corpul, mintea și spiritul nostru în timpul acestor tranziții, susținându-ne corpul și ajutându-ne să rămânem sănătoși, odată cu schimbarea anotimpului.

Ceremonia poate fi folosită și pentru a onora schimbările din viață, pe măsură ce suntem inițiați în noi anotimpuri și faze din propria noastră viață. Adunați un grup care vă va ajuta să puneți la un loc și să păstrați energia și susținerea de care aveți nevoie pentru a vă mișca cum trebuie prin râul vieții.

De-a lungul întregii noastre practici spirituale chemăm întru manifestare, Energia Divină. Există oameni care lucrează doar cu o putere absolută, în timp ce alții lucrează atât cu unica sursă Divină, cât și cu spiritele intermediare. Unii lucrează cu îngerii păzitori, alții cu animalele de putere, unii cu spiritele naturii, iar alții cu diferitele manifestări ale absolutului, prin zei și zeițe intermediare.

A construi o relație, arătându-vă loialitatea și implicareai față de spiritele cu care lucrați stabilește un parteneriat creativ între forțele vizibile și cele invizibile, creând astfel un vortex, o poartă sau o deschidere prin care spiritele să vină. Ofrandele de mâncare și tămâie pentru spiritele voastre ajutătoare sunt un mod de a le onora. Mulțumindu-le din inima și gândurile voastre, faceți ca acest parteneriat să fie puternic. Alte moduri de a le mulțumi sunt: a scrie un poem pentru spiritul sau spiritele pe care le chemați în ajutor, a picta un tablou al Divinității, a dansa în onoarea zeilor și a zeițelor. În Egiptul antic, unii oameni aduceau ofrande de mâncare și tămâie neterilor (zeilor și zeițelor). Dar astăzi se crede că neterii nu au nevoie de daruri materiale; ei au nevoie doar să știe că sunt onorați în inimile oamenilor. Atunci

când onorați și hrăniți orice relație, acea relație va deveni puternică și va continua să crească.

La fel cum vă hrăniți relațiile vizibile, la fel trebuie procedat și cu partenerii invizibili pe care îi chemați în viața voastră. Fiecare zi a vieții voastre trebuie să fie plină de ceremonie. În fiecare zi exprimați-vă intențiile și chemați întru ființă creații ale gândurilor, emoțiilor și cuvintelor voastre.

Trăiți viața pe care ați chemat-o la voi și pe care ați creat-o. E posibil ca și până acum să fi făcut acest lucru, dar nu ați fost conștienți de proces.

Imaginați-vă posibilitățile pe care le aveți acum, când știți cum să vă modelați viața și sănătatea planetei.

Imaginați-vă!

Pentru a vindeca Pământul prin transmutare, puteți folosi puterea ritualului și a ceremoniei pentru a restabili conexiunea cu forțele Divine, conexiune necesară pentru a aduce succesul vindecării. Puteți din nou să aduceți Energia Divină pentru a se manifesta pe Pământ, în timp ce împletiți la un loc tărâmurile pământești și cerești.

Părțile formulei pentru transmutare, pe care le-am folosit aici, sunt:

Intenție: în crearea unei ceremonii este nevoie de o intenție puternică de a lăsa Divinitatea sau spiritele ajutătoare să cunoască ce fel de ajutor este solicitat. E important să folosiți intenția, pentru a chema ajutorul necesar.

Iubire: cea mai mare chemare a ajutorului din partea forțelor Divine vine din inimă. Iubirea pentru voi înșivă și pen-

tru cei prezenți la o ceremonie creează condițiile pentru ca vindecarea și transmutarea să se întâmple.

Armonie: înainte de a efectua o ceremonie sau un ritual, e necesar să vă mișcați într-un loc al armoniei cu voi înșivă și cu viața, prin cântec, dans sau meditație.

Uniune: uniunea cu Divinitatea este cea care creează transformarea prin ceremonie.

Focalizare: trebuie să vă concentrați asupra scopului ceremoniei, pentru ca lucrarea să aibă succes.

Concentrare: pentru ca puterea să fie prezentă și să se manifeste în timpul unei ceremonii, este necesar să vă concentrați pe menținerea intenției, precum și pe menținerea energiei necesare pentru a crea spațiul sacru. E necesar să creați spațiul sacru, pentru ca Divinitatea să apară.

Imaginație: trebuie să fiți capabili să vă invocați propria imaginație, ca să creați o ceremonie pentru o intenție specifică, precum și pentru a avea viziunea unei lucrări de succes.



GÂNDURI FINALE

Când am întrebat la un laborator de analiză a apei despre ce teste se pot face pentru a evalua poluarea apei, conducătorul acestui laborator a avut o reacție interesantă la ideile din această carte. El m-a întrebat: „Oare apa se va schimba, sau oamenii care efectuează munca de vindecare se vor schimba, astfel încât conținutul apei nu le va mai fi toxic?"

Dorim ca prin folosirea materialului din această carte să inversăm poluarea mediului. Dar este important și faptul că, după ce faceți exercițiile, meditațiile și ceremoniile prezentate aici, veți deveni o persoană diferită. Nu doar ceea ce faceți, ci și cine deveniți vă va vindeca pe voi și planeta.

După ce ați citit cartea Leac pentru Pământ, s-ar putea să nu fiți capabili să transformați apa în vin. Dar prin procesul de focalizare asupra intenției voastre, veți deveni mai centrați, mai înrădăcinați și mai prezenți și, astfel, calitatea vieții voastre se va îmbunătăți. În yoga, se spune că scopul yoghinului este acela de a aduna prana (forța vitală) în interiorul corpului său, și nu de a-și dispersa energia. În exercițiile prezentate aici, v-ați adunat și concentrat energiile pentru a le armoniza cu mișcarea vieții.

În plus, față de formula intenție – iubire – armonie – uniune – focalizare – concentrare – imaginație – transmutare, tot atât de important de ținut minte ar fi că: lumile invizibile și spiritele ajutătoare există. Învățând să comunicăm cu fiin-

țele din aceste tărâmuri, putem dezvolta un parteneriat creativ, aducând miracolul transmutării la nivelul realității.

Toate răspunsurile pe care le căutați vor veni atunci când stați liniștiți, nu prin activitate.

Armonia interioară creează armonie în exterior.

Vedeți frumusețea din toate lucrurile, pentru a deschide vălurile dintre lumi, pentru a vă schimba percepția, pentru a înțelege faptul că Raiul este pe Pământ, chiar acum.

Cunoașteți Divinitatea voastră interioară și străluciți Lumina voastră Divină, care reflectă Lumina Divină din tot ceea ce este viu și, în mod special, pe cea a stelelor de deasupra noastră, care strălucesc pe cerul nopții.

Fie ca rugăciunile voastre armonioase de iubire și frumusețe, să se reverse asupra voastră, asupra întregii vieți și a Pământului.



EPILOG

Pe 8 și 9 ianuarie 2000, Diana, Gail, și Kate au venit la mine acasă, pentru primul nostru experiment de weekend cu transmutarea. Ele au citit un manuscris al cărții Leac pentru Pământ, pe măsură ce eu îl scriam, și lucrau ca și grup cu materialul. Woods, soțul meu, care predă yoga și meditație, ni s-a alăturat. Ne-am pregătit vreme de luni întregi pentru a încerca să transmutăm apa care a fost poluată cu chimicale. După cum am descris în partea a V-a, spiritele mele ajutătoare mi-au spus că transmutarea apei care conține ființe vii era o problemă complexă și că ar trebui să mă focalizez asupra poluării chimice, care este responsabilă pentru atât de multe din boli.

Când am împărtășit această informație cu Troy, care lucrează la Compania Apa Bună, el a sugerat să lucrăm cu apă poluată cu benzină, întrucât schimbarea în conținutul de hidrocarburi putea fi testată. Înainte de weekendul nostru am mers la Compania Apa Bună, unde am preparat un eșantion de control, de 300 ml de apă cu 5 ml de benzină. Am luat restul de benzină și apă pe care le-am adus acasă, ca să lucrez cu ele.

Diana l-a întrebat pe soțul ei, care este fizician, dacă era ceva ce am putea folosi ca să ne arate rezultatele muncii noastre, pe măsură ce lucrăm. El ne-a adus o sticlă de apă deionizată, precum și o sticlă de hidroxid de amoniu. Apa deionizată este apa care nu are niciun fel de minerale sau alte

elemente în ea. Hidroxidul de amoniu vine de la materia vegetală în descompunere și este un subprodus al gunoiului animal și uman. Acesta este un poluant foarte obișnuit, care face solul foarte alcalin și apa nepotabilă. Are un miros specific și un gust rău, astfel încât nicio creatură nu ar bea din el. De asemenea, are capacitatea de a rupe pereții celulelor tractului digestiv, dar șansa ca cineva să bea o concentrație suficient de mare pentru a se întâmpla așa ceva e foarte mică.

Lucrul important este că atunci este prezent hidroxidul de amoniu, apa nu mai poate fi folosită. Hidroxidul de amoniu face ca acizii grași să fie mai solubili în apă. Aceasta poate face ca alți poluanți, cum ar fi produsele petroliere, să fie solubili în apă. Acest lucru crește pericolul petrolului pentru mediu, făcându-l să se răspândească mai rapid. Astfel, hidroxidul de amoniu este chiar el un contaminant și este și mai nociv datorită efectului său asupra altor poluanți.

Atunci când este pus în apă deionizată, hidroxidul de amoniu face apa foarte alcalină. Am folosit teste de pH pentru a testa apa deionizată și înainte de a începe am pus soluția de hidroxid de amoniu în apă. Am folosit aceleași teste de pH pentru a vedea rezultatele.

Cealaltă substanță cu care am lucrat a fost chinina. Dacă puneți apă de chinină (apă tonică) într-un container întunecat și puneți o lumină pe ea puteți vedea că ea este albastră. Chinina nu e nocivă, dar am folosit-o întrucât se putea vedea schimbarea culorii, pe măsură ce lucram.

Am petrecut sâmbăta și duminica pregătindu-ne pentru ceremoniile noastre de seară. În fiecare seară am folosit o metodă diferită. Sâmbătă seara am lucrat cu intervenția Divină, cerându-le spiritelor ajutătoare și forțelor Divine să

transmute apa. Duminică seara am lucrat cu transfigurarea în Divinitate, încercând să transmutăm apa.

Înainte de fiecare călătorie, Woods ne-a condus în posturi de yoga și exerciții de respirație care ne-au oxigenat corpurile, lucru care ne-a trezit și ne-a făcut mințile clare. Am fost cu toții de acord că aceasta este o combinație minunată.

În ziua de sâmbătă, intenția primei noastre călătorii a fost de a solicita sfaturi asupra ritualului potrivit pentru intervenția Divină. A doua călătorie a fost aceea de a ne uni cu apa, așa cum am descris în partea a IV-a. Spiritele au accentuat nevoia de a crea un spațiu prin care Divinul să se manifeste, precum și importanța lucrării noastre ca și comunitate. Ni s-a spus să ne asigurăm că suntem un cerc puternic, plin de iubire. Aceasta a fost foarte ușor de făcut, întrucât eram un grup armonios.

De asemenea, ne-a fost arătat că apa este o ființă vie și că suntem gata să o omorâm prin adăugarea benzinei. Aceasta a adus la suprafață multe probleme pentru membrii grupului. În călătoria ei, Gail a primit mesajul că e important ca noi să intrăm în cameră pe rând și să ne prezentăm apei, stabilind o relație cu ea. Apoi am decis ca, înainte de a adăuga substanțele contaminante în apă, să folosim ceremonia pentru a crea apă sfântă, care nu va fi afectată de către agenții de poluare.

Am petrecut restul după-amiezii învățând diferite incantări, pe care doream să le folosim. Woods ne-a învățat o incantație vedică, precum și alte câteva incantații din răsărit. Diana ne-a învățat o incantație sufi, cu care lucrează în practica ei spirituală.

Am așteptat până la căderea întunericului, pentru a face ceremonia noastră. Am fost binecuvântați cu o fru-

moasă lună nouă, ce strălucea la geam când am început. Următorul pas a fost să ne pregătim spațiul. Am întins o eșarfă mare, pe care am folosit-o ca altar în camera regelui. Pe ea am așezat apa pe care am adunat-o de la locuri sacre de pe Pământ. Aveam apă sacră din Egipt, Tibet și Turcia. Gail avea apă din Nepal. Am plasat în cameră 5 lumânări diferite aprinse și am ars tămâie. Apoi am pus apa pe care urma să o folosim în containerele de sticlă respective. Am măsurat cu grijă 300 ml din aceeași apă folosită la lotul de control. Diana a pus apa deionizată într-un bol. În acea noapte, nu am lucrat cu apă de chinină. Ne-am adus tobele și zuruitoarele și obiectele ceremoniale pe care le doream prezente la ceremonie.

Apoi am ieșit cu toții din cameră și ne-am reîntors. Ne-am ținut de mâini, apoi am rostit câteva cuvinte despre care am simțit că ne vor lega ca cerc vindecător, pentru a crea o comunitate puternică și iubitoare. Am condus meditația de armonizare cu forțele universului descrisă în partea a VI-a. Folosindu-mi zuruitoarea și fluierând, am chemat spiritele noastre ajutătoare, spiritele ajutătoare ale locului, ale apei, aerului, focului și pământului, exprimându-ne aprecierea către ele. Am onorat soarele, luna și stelele. Apoi, ne-am exprimat toți cererile către spirite. În acea noapte ne-am focalizat asupra cererii ca apa să fie vindecată.

Am reamintit cercului cele șapte părți ale formulei de transmutare, care trebuie să fie prezente pentru ca lucrarea noastră să aibă succes.

Am continuat crearea spațiului nostru și pregătirea pentru lucrare, folosind tobele și zuruitoarele, dansând și cântându-ne cântecele de putere. Apoi am cântat incantațiile pe care le-am învățat în acea după-amiază.

După aceasta, am păstrat intenția de a face ca apa din fața noastră să fie sfântă. Am cântat apei. Cu toții am ținut în mâini vasele de apă, cerând ca spiritul Divinității să intre în această apă și să trezească Divinitatea sa. Când am simțit că am terminat, Woods a folosit kineziologia, pentru a testa dacă apa este pregătită pentru agenții de poluare. Kineziologia este folosită de unii chiropracticieni, acupunctori și alți terapeuți alternativi, ca mod de a diagnostica problemele din corp. În acest sistem e folosită testarea musculară. Există multe metode de testare musculară. Un mod des întâlnit este acela în care clientul ține un braț ridicat, în timp ce se pune întrebarea dacă o substanță este toxică pentru corp, și dacă este, când practicianul împinge brațul în jos, mușchii vor ceda. Dacă substanța este benefică, brațul nu va cădea atunci când e împins în jos. Un alt mod este acela de unire a degetului mare cu arătătorul. Ușurința sau dificultatea cu care se pot îndepărta degetele indică dacă substanța este nocivă pentru corp sau, dimpotrivă, dacă ea dă putere corpului. Puteți să efectuați o testare musculară asupra voastră înșivă, folosind metoda care implică îndepărtarea degetelor.

Woods, ca acupunctor, are experiență în kineziologia aplicată. Când el a folosit acest mod de testare musculară, a spus că energia apei era expansivă și că a simțit că lucrarea noastră a avut succes. Diana a testat pH-ul apei deionizate, ca să știm care este punctul de pornire, iar pH-ul era 5,5. Apoi a pus 2 picături de hidroxid de amoniu și a testat din nou apa. PH-ul s-a ridicat la 11,5, ceea ce este foarte alcalin și otrăvitor. În același timp, eu am pus în celălalt vas cu apă 5 ml de benzină. Woods a folosit kineziologia din nou și a spus că ambele ape sunt toxice pentru toate organismul uman. Puteți să vă imaginați cu ce emanații chimice aveam de-a face, având

atât de multă benzină în apă. Aceasta ne-a îndemnat să ne urgentăm acțiunile, nu numai de dragul nostru ci și din cauza situației grave a poluării apei întregii planete.

Am continuat să ne cântăm cântecele și să chemăm spiritele ajutătoare și forțele Divine pentru a interveni în transmutarea apei. Woods a testat apa din nou și a simțit că încă nu am avut succes. Diana a testat apa cu hidroxid de amoniu folosind același test și a i-a găsit un pH de 9, valoare la care apa este sigură, adică bună de băut (dar în acel moment nu știam ce înseamnă un pH de 9). Ceea ce am înțeles este că apa cu benzină avea nevoie de mai multă muncă.

Am continuat să lucrăm, cântând asupra apei și apei, rugându-ne pentru apă, unindu-ne cu apa, ținând în mâini apa, chemând toate spiritele ancestrale care ar putea să știe cum să o transmute. În acest stadiu, am simțit prezența palpabilă a spiritelor în cameră. Atunci am încercat să facem o extracție șamanică, pentru a scoate boala din apă. Am continuat să lucrăm până când am simțit că am făcut tot ce am putut.

Apa cu hidroxidul de amoniu a rămas la un pH de 9. Woods a testat apa kineziologic și a simțit că apăruse o schimbare pozitivă semnificativă în ea. Am umplut sticlele din kitul de test cu apă cu benzină și am împachetat cutia pentru a o expedia către laborator.Am încheiat ceremonia ținându-ne de mâini și anunțând spiritele că am terminat, deocamdată. Le-am eliberat și le-am mulțumit pentru ajutor. Apoi am mâncat cu toții împreună.

În ziua următoare, trei dintre noi ne-am simțit neobișnuit de epuizați. Simțeam că am devenit atât de orientați spre rezultate și focalizați asupra apei, încât am încercat prea din greu pentru ca ceva să se întâmple. Nu am aflat decât duminica dimineață de la Vic (fizicianul) că adusesem o

schimbare semnificativă în apă cu hidroxid de amoniu, transformând apa otrăvită în apă bună de băut. Aceasta a ajutat la ridicarea moralului nostru.

Duminică am început din nou exercițiile de yoga și de respirație. Asta ne-a ajutat să ne trezim și să ne clarificăm mințile. Posturile yoga și respirația ne-au făcut să ne simțim de parcă ni se ridicase o ceață de pe ochi.

Prima noastră călătorie a fost pentru a primi o evaluare de la spiritele noastre ajutătoare, asupra lucrării pe care am efectuat-o sâmbătă noapte. Ni s-a spus că lucrarea noastră a mers bine și ni s-a reamintit să continuăm munca de a ne depăși egourile. Ni s-a spus că benzina era la fel de prezentă în apă ca înainte de a începe, dar apa strălucea totuși de lumină și viață, asta însemnând că reușisem să-i aducem o schimbare, astfel încât benzina să nu-i facă rău. Aceasta mi-a dat mult de gândit, întrucât niciodată nu m-am gândit să măsor forța vitală a apei.

Următoarea călătorie a fost pentru a cere să fim dezmembrați și apoi transfigurați. Aceasta a fost o experiență foarte profundă pentru membrii grupului. La începutul călătoriei mele mi s-a spus să nu mă mai transfigurez în lumină, așa cum făceam în practica mea, ci să mă transfigurez în vid. Vidul, întunericul, este acea stare de dinainte începerii creației, locul posibilităților nelimitate, acea lipsă a formei despre care vorbesc toate tradițiile religioase și spirituale.

Am lucrat foarte mult cu vidul, iar Isis este învățătoarea care m-a dus să lucrez în acel loc. În călătorie, Isis mi s-a arătat și mi-a dat instrucțiuni să devin vidul și să permit luminii să fie create și să strălucească din acest loc. Aceasta a fost o învățătură foarte profundă pentru mine.

Grupul a fost atât de atins de procesul transfigurării în Divin, încât erau foarte puține cuvinte de spus și nu am vrut ca vorbele noastre să diminueze sacralitatea pe care fiecare persoană o simțea.

Am mâncat, am luat o pauză și apoi am petrecut timp singuri în natură. Când ne-am întors, am călătorit pentru a primi sfaturi despre cum să facem o legătură între experiența de dezmembrare/transfigurare și munca noastră din acea seară. Cu toții am primit informații care erau importante pentru fiecare dintre noi, individual.

Ne-am terminat după-amiaza incantând cântece din diferite tradiții și am început să ne pregătim pentru lucrarea de seară. Cu o seară înainte mă îmbrăcasem în haine ceremoniale și purtasem anumite obiecte pe care le folosesc pentru ritualuri. Pentru dumică noaptea am decis să folosesc informația din visul pe care l-am avut înainte de a intra în marea piramidă, despre detașarea de orice ar putea să mă îngreuneze și să mă oprească de la a deveni Energie Divină. Am purtat haine simple și doar un șal, pe care îl folosesc întotdeauna în ceremonie, ca pe o declarație de respect către spirite; nu am purtat nicio bijuterie.

Ne-am efectuat ceremonia într-un mod similar, dar cu câteva schimbări. Ne-am focalizat intenția nu asupra schimbării apei, ci asupra schimbării noastre înșine. Am petrecut mai mult timp chemând spiritele și cântând și dansând, într-un efort de a ne armoniza cu ritmul naturii și al vieții. Nu am făcut o ceremonie separată pentru a sfinți apa, ci, dintr-un loc al Divinității, am declarat că apa este deja sfințită. Ne-am folosit cântecele de putere, precum și incantația sufi pentru a ajuta la schimbarea stării noastre de conștiință. Ne-am detașat de cântecele altor tradiții, întrucât ele nu

ne-au dus atât de adânc într-o stare extatică. Am avut un vas negru plin cu apă de chinină, iar Kate, a cărei abilitate vizuală este puternică, a observat culoarea de un albastru intens, a apei. Apa deionizată cu care am început avea un pH de 5,5. S-a intonat în timp ce Diana a pus hidroxidul de amoniu în apă, iar eu am turnat benzină în celălalt vas cu apă. Scopul intonării era acela de a crea o stare Divină și sfântă, care să faciliteze procesul transfigurării noastre. Diana a testat pH-ul apei contaminate, care în seara aceea era 12, iar Woods a testat toată apa folosind kineziologia.

Dintr-o stare transfigurată, am continuat transformarea și fiecare dintre noi a lucrat cu apa în felul nostru propriu. Atunci când am ridicat bolurile cu apă, m-am unit complet cu ele, dintr-un loc al iubirii, și le-am legănat pe când dansam și cântam împreună în ritmul vieții. Am putut să aud toate intonările și le-am auzit de parcă erau cântecul întregului univers, cântând cu noi și prin noi. Am spus grupului că putem bate ușor toba și scutura ușor zuruitorile, pentru a ne păstra în starea transfigurată. Nici unul dintre noi nu a ales această opțiune și am continuat intonarea fără niciun alt sunet. A fost foarte frumos.

Am terminat în circa 20 de minute, după care a venit din nou momentul să efectuăm testarea. Woods, folosind kineziologia, a spus că toată apa este ok. PH-ul apei cu hidroxid de amoniu a coborât din nou la 9. Apa de chinină avea mai puțin albastru în ea, aceasta însemnând că mai dispăruse din chinină.

Eram într-o astfel de stare extatică de la intonări și transfigurare, încât nu am dorit să terminăm munca noastră. Am mai făcut un rând de incantații, de intonare și transfigurare în Divinitate, vindecând apa.

Atunci când ne-am oprit toți din intonare, am simțit într-un mod palpabil că vălurile dintre lumi au fost ridicate și că liniile de comunicare cu spiritele erau deschise, puternice și clare. Am sugerat să folosim cuvinte vindecătoare, după cum am descris în partea a V-a, pentru a ne ruga pentru noi înșine și pentru Pământ. Am trimis către univers cuvinte care porneau din inima noastră.

Apoi le-am mulțumit din nou spiritelor pentru ajutorul dat și le-am lăsat să plece, spunându-le că, pentru moment, munca noastră este gata. Am împachetat apa cu benzină într-un alt kit de test. Apoi am sărbătorit și am mâncat împreună, marcând sfârșitul muncii noastre de week-end. În acea noapte și în ziua următoare nu am avut niciun sentiment de epuizare; eram cu toții reîncărcați și plini de putere.

În noaptea de sâmbătă, deși am avut succes în transmutarea apei cu hidroxid de amoniu, am simțit că eu nu m-am schimbat. Duminică seară, întrucât am trecut de la folosirea intervenției Divine la încorporarea Divinității, am simțit că eu am devenit acum o altă persoană. În ambele nopți, schimbarea din apă s-a întâmplat într-un interval de cincisprezece până la douăzeci de minute, lucru care este extraordinar.

Cheia reușitei acestei lucrări, pe lângă focalizarea noastră asupra părților formulei, a fost faptul că am format o comunitate puternică și am creat un parteneriat cu apa, benzina, hidroxidul de amoniu și chinina, și am realizat un spațiu sacru în care să lucreze spiritele.

Am învățat multe din munca noastră. Am avut experiența directă a faptului că apa este o ființă vie. Această înțelegere a fost dincolo de cuvinte pentru mine, ea existând în toate celulele corpului meu. Acum am înțeles că, atunci când

aruncăm agenți de poluare în apă, ucidem o ființă vie. Același lucru este valabil pentru toate celelalte elemente. Perceperea apei pe care am sfințit-o ca nefiind atacată de benzină m-a ajutat să înțeleg experiența lui Jack Schwarz, în care el nu a suferit nicio traumă fiziologică și nici vreo durere, atunci când își înfigea în corp ace de cusut pânze de bărci.

Aceasta a fost o mare învățătură despre modul în care putem neutraliza răul produs de agenții de poluare. Dar asta nu ne dă dreptul să poluăm în continuare mediul. Cu acest prilej, s-a ridicat o întrebare interesantă, în ceea ce privește testele de laborator pentru apa cu benzină. Nu avem teste pentru a măsura forța vitală a apei și astfel nu avem nici un mod științific de a testa dacă informația pe care am primit-o de la spiritele mele ajutătoare, cum că apa este strălucitoare și necontaminată, e adevărată.

Am primit de asemenea învățătura directă că, atunci când ne reamintim natura noastră Divină, natura va reflecta acest lucru, înapoi către noi. Am putut să simt puritatea și ființa vie pe care o numim apă, cea care s-a născut pe când lucram în noaptea de duminică.

Cea mai directă schimbare care s-a întâmplat în urma muncii noastre a fost modul în care eu am început să percep apa pe care o beau și o folosesc. Acum o văd ca pe o ființă vie, și apreciez mai mult rolul pe care îl are ea în viața mea.

La o lună după acest week-end, am primit rezultatele de la laborator, în ceea ce privește apa cu benzină. Rezultatele nu erau relevante. Rapoartele de laborator ne-au arătat care erau diferențele între mostre, dar noi nu am putut înțelege ce model urmau. Când am vorbit cu Vic despre aceasta, el s-a gândit ca data viitoare să facem o singură

mostră de apă amestecată cu benzină și să o împărțim în mai multe sticle. În acest fel, am ști că lucrăm cu aceleași cantități de benzină.

După ce ne-am împărtășit rezultatele cu alții, am fost întrebată dacă am avut sau nu un control asupra apei cu hidroxid de amoniu. Întrebarea era dacă nu cumva pH-ul s-ar fi schimbat de la sine, fără ca noi să fi lucrat asupra ei. Așa că am făcut o mostră de control și am lăsat-o să stea două ore. pH-ul nu s-a schimbat.

Lucrarea pe care am făcut-o ca grup a adus schimbare pentru fiecare dintre noi. Gail ne-a împărtășit ceva din ceea ce a învățat:

Eu cred în mod absolut în miracole și că eu pot participa la crearea unui miracol. Nu trebuie să lucrăm din greu, ci să credem că spiritele vor face lucrarea, iar noi să ne oferim să le ajutăm în orice fel putem. Am învățat că fiecare dintre noi era necesar, deoarece fiecare eram o parte importantă. Am învățat importanța smereniei. Am simțit că grupul nostru era smerit și astfel spiritele au știut despre intenția noastră minunată și sinceră. Am învățat că trebuie să lucrez asupra propriei mele smerenii, în toate aspectele vieții mele zilnice.

Ea continuă, povestind despre modul în care s-a schimbat în urma acestei experiențe:

Sunt mai deschisă, mai extinsă. Această deschidere are de-a face cu a fi „un os gol", dar simt de asemenea o deschidere nouă și mai mare, către alții și către lume. Când m-am întors, am fost capabilă să văd și să simt conștient frica pe care o avea vechiul meu sine și ego în

fața schimbărilor. Am pus dorințele cercului deasupra dorințelor mele. Nu sunt sigură că am simțit vreodată mai puternic detașarea de egoism. Mă simt mult mai blândă. Nu cred că mai sunt atât de legată de timp.

Iată ce ne-a împărtășit Diana:

Am învățat că însăși apropierea de această muncă de transmutare și transfigurare necesită întreaga putere de voință și abilitate de a ne preda sursei, lui Allah, zeului, zeiței. Putem face o cerere, putem să ne rugăm, dar în cele din urmă trebuie să ne concentrăm asupra lui „Facă-se voia Ta".Această muncă cere să fim conștienți de ceea ce suntem: o parte a grandioasei țesături a creației, a mișcării și manifestării Divinității. Simt o vulnerabilitate și o putere diferită, o bucurie și un dor continuu să simt un anume fel de energie, care curge și îmi unifică toate simțurile ca pe unul, făcându-mă foarte conștientă de orice blocaje, aducând o profundă minunare și recunoștință.

Experiența grației, a unității și a luminii care poate veni din predarea „micului sine" poate, cu siguranță, să aducă bucurie și binecuvântare. Eu știu că sunt încă om și că egoul meu este viu și în bună stare. Totuși, știu și că m-am deschis către spirit, mai mult decât oricând înainte de aceasta și că nu voi mai fi niciodată aceeași.

Acum înțeleg mai profund că această lucrare este cel mai bine să fie făcută într-un grup. Avem nevoie unii de alții, ca să ne oglindim și să ne ajutăm să ne focalizăm. Lucrarea de grup ne ajută să nu dăm credit egoului nostru și să nu ne blamăm ca indivizi pentru orice s-ar întâmpla sau nu. Împreună, primim o experiență imediată și concretă a căutării uniunii în cerc și apoi atingerii întregii țesături a vieții.

Am decis să vedem dacă această lucrare ar avea succes și cu vindecări la mare distanță. Am decis că eu să amestec apa cu hidroxid de amoniu și Diana, Gail și Kate să lucreze asupra ei din Colorado. I-am spus lui Gail că apa va fi pe masa din bucătărie. În ultimul moment am decis să mai prepar un bol de apă , pe care l-am pus în living. Numai eu știam că este acolo.

Cele trei femei au călătorit și au creat o ceremonie pentru aceasta. Ceremoniile care sunt făcute ca niște rețete nu au putere, astfel încât ele au folosit ceremonii similare cu cea care am făcut-o împreună, dar au particularizat-o. Ele au folosit propriile lor cuvinte pentru a invoca spiritele și au cântat, au dansat și au bătut toba mai mult.

M-au sunat când au terminat, iar eu am testat apa. pH-ul apei din bucătărie s-a schimbat de la 11 la 9,5, dar nu a apărut nicio schimbare în mostra din living.

O lună mai târziu, am încercat un al treilea experiment, în care Vic a preparat amestecul de apă cu hidroxid de amoniu, acasă la el și la Diana, în Colorado. Eu conduceam un workshop de practici șamanice de două săptămâni, cu un grup de șaptezeci și cinci de oameni. În ultima noapte împreună, am încercat să schimbăm pH-ul apei preparate de Vic. Nimeni nu fusese acasă la Diana și la Vic, dar aveam o adresă.

Ne-am petrecut ziua în pregătiri, unindu-ne cu apa și făcând o călătorie de dezmembrare transfigurare. Am chemat spiritele, am dansat și am cântat, lucrând în același fel cu grupul care a lucrat în ianuarie transfigurându-se în Divinitate sau în spiritele ajutătoare. De această dată, ne-am focalizat asupra apei de la adresa care ne-a fost dată.

Vic a realizat acel amestec cu două ore înainte, pentru a testa dacă apa se schimbă de la sine – nu s-a întâmplat

această. După circa 30 de minute de muncă, pH-ul s-a schimbat de la 11 la 10. Deși rezultatele nu au fost atât de spectaculoase ca atunci când apa era în prezența noastră, ele au fost semnificative. Vic a spus că nu există nicio explicație științifică pentru această schimbare.

După ce am terminat, am chestionat grupul pentru a afla cum au lucrat oamenii. Cinci dintre ei nu au folosit transfigurarea și au solicitat doar intervenția Divină. Din restul grupului, jumătate a folosit doar transfigurarea, iar cealaltă jumătate a folosit atât transfigurarea cât și solicitarea intervenției Divine.

Conform scrisorilor pe care mi le trimit participanții la workshopuri, am fost impresionată de cât de multă schimbare pozitivă s-a manifestat în viețile lor.

Diana, Gail, Kate, Woods și cu mine am continuat experimentele la mare distanță, în care Vic se ocupa de apă. Vic a încercat diferite modalități de a controla apa, prin testarea pH-ului apei, cu mai multe ore înainte și după.

În cea mai recentă lucrare la distanță, pH-ul s-a schimbat de la 11,5 la 10, într-o jumătate de oră. Aceasta indică faptul că, și atunci când am lucrat din diferite locații, munca noastră a schimbat natura apei cu 30 de procente.

Mai sunt multe experimente de făcut și sunt entuziastă la gândul de a continua această muncă.

Mă imaginez depășind lucrarea asupra unui bol de apă, și ducând această cunoaștere a transmutării la sursele de apă poluată. De asemenea, abia aștept să lucrez și cu celelalte elemente, în afară de apă.

După cum am menționat de multe ori, nu doar ceremoniile pe care le efectuăm aduc o diferență. Adevăratul leac pentru Pământ este ceea ce devenim noi.

Iată aici un exercițiu simplu cu care să lucrați, pentru a vă ajuta atunci când sporovăiala mentală stă în calea abilității voastre de a vedea, auzi, simți, mirosi sau gusta ceea ce vă oferă intuiția.

Stați jos, închideți ochii și respirați adânc, de trei ori.

Gândiți-vă la ceva ce vă place – un miros, un gust, un sentiment, o senzație, un sunet sau o culoare.

Trăiți complet acest lucru pe care spuneți că îl iubiți. Spuneți-vă „îmi place...".

Observați semnalele pe care le primiți atunci când vă spuneți vouă înșivă un adevăr. Vedeți o imagine? Vă simțiți relaxați și calzi? Auziți un sunet? Mirosiți sau simțiți un gust de ceva? Acum ridicați-vă și mergeți în cerc pentru câteva minute, pentru a îndepărta experiența anterioară. Sau puteți face o treabă în gospodărie. După câteva minute stați jos, închideți ochii și respirați adânc de trei ori.

Acum declarați că urâți ceea ce ați spus că iubiți – adică spuneți-vă o minciună. Observați semnalele pe care vi le transmite corpul, atunci când auziți o minciună. Vă apare vreo imagine? Ce vedeți, simțiți, auziți, mirosiți sau gustați?

Eu, atunci când aud un adevăr, văd strălucind lumina verde a unui semafor. Când intuiția îmi spune nu sau stop, sau îmi spune că ceva e o minciună, simt o senzație de strângere în plexul solar și văd lumina roșie a semaforului.

Dacă sunteți atenți la semnalele corpului vostru, veți reuși să interpretați corect ceea ce vă spune intuiția.

CUPRINS

NOTE

INTRODUCERE

1. *Eliade, Shamanism: Archaic Techniques,5.*
2. *Cox, Pillar of Celestial Fire, 255.*
3. *Hall, Secret Teachings,LII.*
4. *Ibid., LXVIII.*
5. *Metzner, Unfolding Self,14.*
6. *Hall, Secret Teachings, CLVI.*
7. *Ibid., CL-CLI.*
8. *Roth with Occhiogrosso, Healing Path of Prayer,90.*
9. *Some, Ritual,17-18.*
10. *Prophet, St. Germain,6.*
11. *Casey,Making the Gods Work,8.*

I CREAȚIE ȘI UNIME

1 CREAREA MITULUI

1. *Roth with Occhiogrosso, Healing Path of Prayer,72.*
2. *Schwartz, How to Master the Art of Personal Health, 4.*
3. *Ibid., 19-21.*
4. *Hislop, My Baba, 132.*
5. *Sproul, Primal Myths,14.*
6. *Ibid., 16-17.*
7. *Roth with Occhiogrosso, Healing Path of Prayer, 68-69.*
8. *Ibid.,29.*
9. *Houston, The Passion if Isis and Osiris, 28.*
10. *Ibid., 28-30.*
11. *Ellis, Awakening of Osiris,19-21.*
12. *This myth was adapted from Reed, Aboriginal Myth, 19-21.*

2 METODE PENTRU A ÎNCORPORA POVESTEA CREAȚIEI

1. *Fortune, Mystical Qabalah, 29.*
2. *Sproul, Primal Myths,14.*
3. *Hislop, My Baba, 105.*
4. *Bachofen, Myth, Religion, and Mother Right, 49.*
5. *Gass with Brehoney, Chanting,16.*
6. *Lidell with N. and G. Rabinovitch, Sivananda Companion to Yoga,*
7. *Gass with Brehoney, Chanting,12.*

8. Ingerman, Fall to Grace, 115-16.

II. SEPARARE VERSUS UNIME

3 SĂ NE REAMINTIM CONECTAREA
1. Roth with Occhiogrosso, Healing Path of Prayer, 172-73.
2. Gass with Brehoney, Chating,53.

4 SĂ NE REAMINTIM FRUMUSEȚEA
1. Ingerman, Fall to Grace, 136.
2. West, Serpent in the Sky, 123.
3. Rike, unpublished sermon, 1999. Jennifer Rike is a minister and teaches theology at the University of Detroit, Detroit, Michigan.
4. Schwartz, How to Master the Art of Personal Health, 5-6.
5. Ibid., 12.
6. Ibid.,22-23.
7. Ibid.,29-31.
8. Frankl, Manâs Search, 126.

5 CÂND LUCRURILE SUNT ÎN NEREGULĂ
Schwartz, How to Master the Art of Personal Health, 23-25.
Narayan, River Joins the Ocean, 19-20.
Maharshi, Be as You Are, 65.
Assagioli, Act of Will, 213-17. This exercise was taught to me in a psychosynthesis class in 1979. It is an adaptation from the exercise in Act of Will.

6 Mai multe unelte de AJUTOR
1. Ingerman, Fall to Grace, 91.
2. Wilhelm / Baynes, I Ching, This teaching appears throughout the book.

III IUBIRE ȘI IMAGINAȚIE

7 CREAREA SPAȚIULUI SACRU
1. This story of Isis and Osiris is adapted from The Search for Omm Sety, 65.

8 IMAGINAȚIE
1. Dossey, Meaning and Medicine, 227.
2. Crichton, Sphere, 335.
3. Page, as quoted by Morgan, Cassadaga, 187.
4. Neville, Law, 89.

5. Ibid., 103.
6. Ibid., 113.
7. Ibid., 135.
8. Ibid.,140.
9. Casey, Making the Gods Work, 14.
10. Houston, Passion of Isis and Osiris, 193.
11. Browning, Paracelsus 13, cited in Neville, Seedtime,116.
12. Ingerman, Welcome Home, 17.
13. Casey, Making the Gods Work,14.

9 SĂ PRIMIM DARURILE STRĂBUNILOR NOȘTRI

1. Houston, Passion of Isis and Osiris, 224.

IV. ARMONIA CU NATURA INTERIOARĂ ȘI EXTERIOARĂ

10 RECONECTAREA CU NATURA

1. Dossey, Be Careful What You Pray For, 216-17. He reprinted this from Richard Wilhelm, The Secret of the Golden Flower: a Chinese Book of Life, trans. Cary F. Baynes, rev. ed. (New York: Harvest/HBJ, 1962). The story was told in Jung: His Life and Work (Boston: Shambhala, 1991), 128.
2. Moss and Corbin, "Shamanism and the Spirits of Weather", quoted in Swan, Nature as Healer, 4.
3. Ingerman, Soul Retrieval, 194.

11 SĂ LUCRĂM CU CICLURILE ȘI RITMURILE DIN NATURĂ

1. Hall, Secret Teachings, LI.
2. Casey, Making the Gods Work, 265.
3. Knight-Ridder Newspapers, reprinted in The New Mexican, Santa Fe, NM, 18 august 1999.

13 O SCHIMBARE DE PERCEPȚIE

1. Casey, Making the Gods Work, 11.

V. TRANSMUTARE.

15 DEZMEMBRAREA

1. Metzner, Unfolding Self, 101-2.
2. Larson, Shamanâs Doorway, 63.
3. Thurman, Hidden Truths, 226-27.
4. Frawley, Tantric Yoga, 67-68.
5. Hall, Secret Teachings, CLVI.

6. Ibid., CLXX.
7. Benson, Relaxation Response, 133-34.

16 TRANSFIGURAREA

1. Roth with Occhiogrosso, Healing Path of Prayer, 197-98.
2. Metzner, Unfolding Self, 162, quoting from Lama Govindaâs Foundation of Tibetan Mysticism, 164.
3. Blau, Krishnamurti, 173-75.
4. Peters, "Mystical Experience in Tamang Shamanism", Revision 13,2 (1990): 79.
5. Metzner, Unfolding Self, 164.
6. Murphet, Sai Baba, 59-65.

17. PUTEREA SUNETULUI ȘI A CUVINTELOR

1. Gass with Brehoney, Chanting, 58.
2. Ibid., 43.
3. Reid, Harnessing, 144.
4. Gass with Brehoney, Chanting, 36.
5. The Hindu Story of creation from Kaliâs necklace comes from Houston, Passion of Isis and Osiris, 182.
6. Wasserman, Egyptian Book of the Dead, 145.
7. Houston, Passion of Isis and Osiris, 182; this is from an excerpt from Erik Hornung, Conceptions of God in Ancient Egypt (Ithacam NY : Cornell University Press, 1982), 175.
8. Casey, Making the Gods Work, 216.

19 MAI MULTE TEME DE GÂNDIRE

1. Neville, Seedtime, 141-42.

VI CEREMONII PENTRU TRANSMUTARE

20 NATURA CEREMONIILOR

- Some, Ritual, 32-33.
- Ibid., 24.
- Houston, Passion of Isis and Osiris, 192.
- Casey, Making the Gods Work, 83.

23 CEREMONII PENTRU LUCRAREA ÎN PARTENERIAT

1. Yont, "Disaster in the Amazon: Brazil Indians Call Spirits to Fight Fires", Philadelphia Inquirer, 8 April 1998, reprinted from World Wide Web.

BIBLIOGRAFIE

Andreas, Brian. Still Mostly True. Iowa: Story People, 1994.
Arguelles, Jose, and Miriam Arguelles. Mandalla. Boston: Sham bhala, 1995.
Assagioli, Roberto. The Act of Will. New York: Penguin Books
Bachofen, J.J.Myth, Religion, and Mother Right. Trans.Ralph Manheim. Bollingen Series, vol.84. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1967.
Benson, Herbert, M.D. The Relaxation Response. New York: Avon Books, 1976.
Blau, Evelyne, Krishnamurti, 100 Years. New York: Stewart, Ta bori, and Chang, 1995.
Budge, Sir Wallace. Egyptian Magic. Secaucus, NJ: Carol, 1997.
Egyptian Religion. Secaucus, NJ: Carol, 1997.
Campbell, Don. The Mozart Effect. New York:Avon, 1997.
Casey, Caroline W. Making the Gods Work for You. New York: Three Rivers, 1998.
Cassadaga: The Southâs Spiritualist Community. Edited by John J. Guthrie Jr., Phillip C. Lucas, and Gary Monroe. Gainesville: University Press of Florida, 2000.
The Catholic Encyclopedia. First published by the Encyclopedia Press, 1913, New Advent Electronic Version, copyright 1996.
Cott, Jonathan, with Hanny El Zeini. The Search for Omm Sety. London: Random House, 1992.
Cox. Robert. The Pillar of Celestial Fire and the Lost Service of the Ancient Seers. Fairfield, IA: Sunstar, 1997.
Crichton, Mihchael. Sphere. New York: Ballantine Books, 1988.
De Becker, Gavin. The Gift of Fear: Survival Signals that Protect Us from Violence. Boston: Little Brown, 1997.
Dossey, Larry, M.D. Be Careful What You Pray For...You Just Might Get It. San Francisco: Harper San Francisco, 1997.
Meaning and Medicine: A Doctorâs Tale of Breakthrough and Healing. New York: Bantam, 1991.
Eliade, Mircea. Shamanism: Archaic Techniques of Ecstasy. Trans. Willard R. Trask. Bollingen Series, vol.76. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1972.

Ellis, Normandi. Awakening Osiris: The Egyptian Book of the Dead. Grand Rapids, MI: Phanes, 1988.

Fortune, Dion. The Mystical Qabalah. York Beach, ME: Samuel Weiser, 1997.

Frankl, Victor E. Manâs Search for Meaning. New York: Washington Square, 1985.

Frawley, David. Tantric Yoga and the Wisdom Goddesses: Spiritual Secrets of Ayurveda. Salt Lake City: Passage, 1994.

Gass, Robert, with Kathleen Brehony, Chanting: Discovering Spirit in Sound. New York: Broadway, 1999.

Grant. Joan. Winged Pharaoh. Alpharetta, GA: Ariel, 1985.

Hall, Manly P. The Secret Teachings of All Ages. Los Angeles: Philosophical Research Society, 1977.

Harding, Elizabeth U. Kali: The Black Goddess of Dakshineswar. York Beach, ME: Nicholas/Hays, 1993.

Harner, Michael. The Way of the Shaman. 3 rd ed. San Francisco: Harper and Row, 1990 (originally published in 1980)

hidden Truths: Magic, Alchemy, and the Occult. Ed. Lawrence E. Sullivan from Religion, History and Culture: Selections from: The Encyclopedia of Religion. Editor in chief, Mircea Eliade, New York: Macmillan, 1989.

Hislop, John S. My Baba and I. San Diego: Birth Day, 1985.

Hornung, Erik. Conceptions of God in Ancient Egypt. Ithaca, New York, Cornell University Press, 1982.

Houston, Jean. The Passion of Isis and Osiris: A Union of Two Souls. New York: Ballantine, 1995.

The I Ching or Book of Changes. Trans. Richard Wilhelm, rendered into English by Cary F. Caynes, Bollingen Series, vol, 19. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1950.

Ingerman, Sandra. A Fall to Grace. Santa Fe, NM: Moon Tree Rising Productions, 1997.

Welcome Home: Following Your Soulâs Journey Home. San Francisco: Harper San Francisco, 1994.

Soul Retrieval: Mending the Fragmented Self. San Francisco: Harper San Francisco, 1991.

Keys, David. Catastrophe: A Qust for the Origins of the Modern World. New York: Ballantine, 2000.

Kohn, Livia, with Yoshinabu Sakade, . eds. and trans. Taoist Meditation and Longevity Techniques. Ann Arbor, MI: University of Michigan Center for Chinese Studies,1989.

Larsen, Stephen. The Shamanâs Doorway. Berrytown, NY: Station Hill, 1988.

Lidell, Lucy, with Narayani Rabinovitch and Giris Rabinovitch. The Sivananda Companion to Yoga. New York: Simon and Schuster, 1983.

Maharshi, Sri Ramana. Be as You Are: The Teachings of Sri Ramana Maharsi, Ed. David Godman, London, Boston, Melbourne, Henley: Arkana, 1985.

Markides, Kyriacos C. Fire in the Heart. New York: Arkana, 1991.

Metzner, Ralph. The Unfolding Self: Varieties of Transformative Experiences. Novato: Origin Press, 1986, 1998.

Moss, Nan, and Davisd Corbin, "Shamanism and the Spirits of Weather: More Pieces of the Puzzle." Shamanism, 2,2 (1999). Fall/Winter 1999.

.Murphet, Howard. Sai Baba Avatar. A New Journey into Power and Glory. San Diego: Birth Day, 1977.

Narayan, G. As the River Joins the Ocean: Reflections About J. Krishnamurti. India: Book Faith, 1998.

Neville. Awakened Imagination, Including the Search. Marina del Rey, CA: De Vorss, 1992.

Seedtime and Harvest. Marina del Rey, CA: De Vorsss, 1992.

the Law and the Promise. Marina del Rey, CA: De Vorss, 1992.

The Power of Awareness. Ed. Victoria Goddard. Rev. ed. Marina del Rey, CA: De Vorss, 1992.

Ornstein, Robert, and David Sibel, M.D. Healthy Pleasure. Reading, MA: Perseus Books, 1998.

Peters, Larry. "Mystical Experience in Tamang Shamanism." Trance, Initiation, and Psychotherapy in Nepalese Shamanism: Essays on Tamang and Tibetan Shamanism.

"Shamanism: Phenomenology of a Spiritual Discipline," Trance, Initiation, and Psychotherapy in Nepalese Shamanism: Essays on Tamang and Tibetan Shamanism. First published in The Journal of Transpersonal Psychology, 1989, vol. 21, no.2.

Prophet, Elizabeth Clare. St. Germain on Alchemy: Formulas for Self-Transformations. Recorded by Mark L. Prophet. Livingston, MT: Summit University Press, 1995.

Reed, A.W. Aboriginal Myth: Tales of the Deamtime. Reed Books Pty. Ltd. Terrey Hills, N.S.W., 1978.

Reid, Daniel. Harnessing the Power of the Universe. Boston and London: Shambhala, 1998.

Roth, Ron, with Peter Occhiogrosso, The Healing Path of Prayer, A Modern Mysticâs Guide to Spiritual Power. New York: Three Rivers, 1997.

Schwartz, Jack. How to Master the Art of Personal Health: The Power of Attaining and Maintaining Your Health. Grants Pass, OR: Schwartz, 1996.

Seven Taoist Masters: A Folk Novel of China. Trans. Eva Wong. Boston: Shambhala, 1990.

Some, Malidoma Patrice. Ritual, Power Healing, and Community. New York: Penguin/Arkana, 1997.

Sproul, Barbara C. Primal Myths: Creation Myths Around the World. Dan Francisco: Harper San Francisco, 1991.

Wasserman, James. The Egyptian Book of the Dead: The Book of Going Forth by Day. Trans Raymond Faulkner. San Francisco, CA: Chronicle Books, 1994.

West, John Anthony, Serpent in the Sky: The High Wisdom of Ancient Egypt. 2nd ed. Wheaton, IL: Quest, 1993.

Woodman, Marion, and Elinor Dickson. Dancing in the Flames: The Dark Goddess in the Transformation of Consciousness. Boston: Shambhala, 1997.

Wright, Machaelle Small. Behaving as if the God in All Life Mattered. Jeffersonton. VA: Perelandra, 1987.

MULȚUMIRI

Le mulțumesc:

Barbarei Moulton, agenta mea, precum și Patriciei Gift, editoarea mea de la Crown Publishers, pentru că au crezut în mine și în munca mea.

Lui Woods Shoemaker, pentru iubirea și susținerea de-a lungul tuturor etapelor acestei cărți, și pentru ajutorul pe care mi l-a dat în pionieratul muncii de transmutare.

Lui Brooke London Isberg, pentru susținerea ei nesfârșită și ajutorul dat în cercetare și la dactilografiere.

Lui Gail Mespley, pentru ajutorul ei în cercetare.

Dianei Guth, lui Kate Jones și lui Gail Mesplay pentru dorința lor de a lucra împreună cu mine în toate etapele muncii de pionierat al muncii de transmutare.

Katherinei Hubbard, pentru prietenia ei și pentru lumina și inspirația pe care le-a împărtășit cu mine, de-a lungul bolii ei și prin moartea ei.

Lui Janice Springer, pentru ajutorul acordat în cercetarea povestirilor biblice.

Lui Troy Cucchiara și lui Greg Friedman de la compania Good Water din Santa Fe, pentru susținerea, răbdarea și ghidarea pe care mi-au acordat-o, ajutându-mă să găsesc agenții de poluare cu care să lucrez în cadrul experimentelor cu ceremoniile de transmutare.

Lui Vic Petrovsky, pentru că a împărtășit cu noi din cunoașterea sa de expert și pentru alcătuirea experimentului cu apă pe care, folosindu-l, am putut să testăm rezultatele pe măsură ce lucram. Munca lui a fost cu adevărat neprețuită pentru noi.

Lui Jennifer Rike, pentru permisiunea de a împărtăși din predica ei.

Barbarei Moulton, pentru generozitatea cu care m-a ajutat la editare și la formatul cărții.

Lui Kieran O'Brien de la Crown Publishers, pentru toată răbdarea și ajutorul ei.

Lui Tim Roethgen de la Crown Publishers, pentru ajutorul acordat cu publicitatea.

Ellenei Kleiner, Annei Mason și lui Heidi Utz, pentru asistența lor în procesul de editare.

Lui Jeanne Achterberg, pentru încurajările și îndrumările sale.

Lui Michael Harner și lui Angeles Arrien, învățătorii care m-au pornit pe calea ce m-a condus la această muncă.

Părinților mei, Aaron și Lee Ingerman, pentru iubirea necondiționată și susținerea lor pentru mine ca persoană.

Participanților cursului intensiv de două săptămâni de șamanism avansat și vindecare șamanică, din anul 2000, precum și participanților de la cel de-al patrulea program de trei ani de pe Coasta de Est, pentru susținerea lor și pentru participarea lor la această muncă.

Celor de la Story People, .

Străbunilor mei, care mi-au transmis darurile și puterile lor.

Animalelor mele de putere, învățătorilor mei spirituali, precum și tuturor zeilor și zeițelor Egiptului, care au fost atât de generoși cu iubirea și cu învățăturile ce mi-au permis să chem și să manifest această carte și această muncă.

Spiritelor locului și izvorului unde locuiesc, care au creat spațiul sacru în care am putut scrie.

Spiritului orașului Santa Fe, pentru toate învățăturile sale.



DESPRE AUTOARE

Sandra Ingerman este și autoarea cărților: "Soul Retrieval: Mending the Fragmented Self" ("Recuperarea Sufletului: Repararea eului fragmentat"), Harper San Francisco, 1991; "Welcome Home: Following Your Soul's Journey Home" ("Bun venit acasă: continuarea călătoriei sufletului spre casă,"Harper San Francisco, 1993) și "A Fall to Grace" ("Căderea în rai") ,Moon Tree Rising Productions, 1997. Ea a înregistrat și o carte audio de 3 ore, "The Soul Retrieval Journey "("Călătoria de recuperare a sufletului"), Sounds True, 1997. Ea este pioniera reintroducerii practicii de recuperare a sufletului ci a fost directoarea de învățământ a Fundației Pentru Studii Șamanice. Sandra are un master în consiliere psihologică de la Institutul Californian de Studii Integrale și predă workshopuri de șamanism peste tot în lume. E recunoscută pentru faptul că a adus metodele transculturale antice de vindecare în cultura noastră modernă, adresându-le nevoilor vremurilor noastre. Sandra e terapeută autorizată a familiei și cuplului și consilieră profesionistă în domeniul sănătății mintale în statul New Mexico.

Pentru a primi un calendar de workshopuri internaționale de șamanism și programarea workshopurilor pe tema transmutării, scrieți-i autoarei la adresa

P.O.Box 4757
Santa Fe, New Mexico 87502

CĂRȚI PUBLICATE DE EDITURA FOR YOU

Monica Vişan	
Metodă rapidă de învățare a gramaticii limbii engleze	6,50 LEI
Exerciții de gramatică engleză vol I	5,50 LEI
Exerciții de gramatică engleză vol. II	7,50 LEI
Neale Donald Walsch	
Conversații cu Dumnezeu, volumul I, II, III	31.00 LEI
Prietenie cu Dumnezeu	8,00 LEI
Comuniune cu Dumnezeu	6,00 LEI
Momente de grație	6,00 LEI
Cei ce aduc lumina	3,00 LEI
Dumnezeul de mâine	20,00 LEI
Acasă cu Dumnezeu	15,00 LEI
Ce vrea Dumnezeu	18,00 LEI
Paul Ferrini	
Iubire fără condiții, Reflecții ale Minții Christice	5,00 LEI
Liniştea inimii, Reflecții ale Minții Christice, partea a II-a	6,00 LEI
Miracolul iubirii, Reflecții ale Minții Christice, partea a III-a	5,00 LEI
Întoarcerea în grădină, Reflecții ale Minții Christice, partea a IV-a	5,00 LEI
Cuvinte de înțelepciune pentru fiecare zi	7,00 LEI
Amour sans conditions (lb. franceză)	10,00 LEI
Legile Dragostei	8,00 LEI
Puterea Dragostei	8,00 LEI
Iubirea este Evanghelia mea	8,00 LEI
Cum să creăm o relație spirituală	10,00 LEI
Christul cel viu	15,00 LEI
Debbie Ford	
Partea întunecată a căutătorilor de lumină	6,00 LEI
Întrebări potrivite	5,00 LEI

Secretul umbrei	12,00 LEI
John J. Falone	
Frecvența Geniu, instrucțiuni de accesare a Minții Cosmice	10,00 LEI
***	
ET 101. Manual cosmic cu instrucțiuni pentru evoluție planetară	3,00 LEI
Suzanne Ward	
Matei, vorbeste-mi despre rai	6,00 LEI
Vocile Universului	11,00 LEI
Era iluminării	16,00 LEI
Revelații pentru o noua eră	7,5,00 lei
Jasmuheen	
În rezonanță	12,00 LEI
Legea iubirii	18,00 LEI
Biocâmpuri si extaz	18,00 LEI
Radianța Divină	18,00 LEI
Vindecarea armonioasă	18,00 LEI
Programul pranic	20,00 LEI
Regina Matricei	18,00 Lei
Ken Keyes şi Penny Keyes	
Rețete pentru fericire	5,00 LEI
Russ Michael	
Sufletul pereche te cheamă	6,00 LEI
Tom Kenyon şi Virginia Essene	
Învățătura Hathor; Mesaje de la o civilizație înălțată	6,50 LEI
Deepak Chopra	
Vindecarea sufletului de frică şi suferință	6,00 LEI
Calea spre iubire	12,00 LEI
Întinereşte şi trăieşte mai mult	12,00 LEI
Viață după moarte	18,00 LEI
Cartea secretelor	25,00 LEI
Ram Dass	
Rânduri pentru suflet	4,50 LEI
Shirley MacLaine	

Camino	8,50 LEI
Lee Carroll si Jan Tober	
Copiii Indigo	9,00 LEI
James F. Twyman	
Emisarii luminii	9,00 LEI
Emisarii Iubirii	7,00 LEI
Codul lui Moise	17,00 LEI
Bruce Davis	
Pacea simplă a sufletului	5,50 LEI
Mânăstire fără ziduri	7,50 LEI
Marianne Williamson	
Iubire magică	7,50 LEI
Grația de fiecare zi	9,00 LEI
Dr. Doreen Virtue	
Copiii Indigo: cum să-i hrănim şi să-i îngrijim	8,00 LEI
Copiii de cristal	6,00 LEI
Magia Divină	10,00 LEI
Tărâmurile îngerilor pământeni	10, 00LEI
Îngerii lui Solomon	18, 00 lei
Mi-aş schimba viața, dacă aş avea mai mult timp	23,00 lei
Miracolele Arhanghelului Mihail	20,00 lei
Sri Vasudeva	
Voi sunteți lumina	5,50 LEI
Divinitatea lăuntrică	5,50 LEI
Sotirios Crotos	
Ucenicul lui Iisus Hristos	7,00 LEI
Anthony de Mello	
Conştiența	5,50 LEI
Tobias	
Seria înălțării	22,00 LEI
Seria Clarității	30,00 LEI
Gregg Krech	
Naikan	7,00 LEI
Stuart Wilde	

Forța	5,00 LEI
Certitudini. Imboldul	18,00 LEI
Al șaselea simț	18, 00LEI
Carlos Warter	
Reîntoarcerea la sacru	10,00 LEI
Gregg Braden	
Efectul Isaia	12,00 LEI
Codul lui Dumnezeu	18,00 LEI
Trezirea la punctul zero	22,00 LEI
Pășind între lumi	30,00 LEI
Matricea Divină	23,00 LEI
Vindecarea spontană a credinței	27,00 LEI
Brian Tracy	
Succesul în viață	18,00 LEI
Beata Bishop	
Vremea vindecării	15,00 LEI
Dianne Lancaster	
Copiii Indigo - de la mânie la iubire	15,00 LEI
Lisette Larkins	
De vorbă cu extratereștrii	18,00 LEI
Dr. Max Gerson	
O terapie naturală eficientă pentru tratarea cancerului și a altor boli grave (cu DVD inclus)	31,00 LEI
Sorin Telimbeci	
Călătoriile tânărului înțelept	15.00 LEI
Drunvalo Melchizedek	
Spațiul sacru al inimii	8,00 LEI
Joan Borysenko	
Vina ne învață, iubirea ne vindecă	18,00 LEI
Nu e sfârșitul lumii	10, 00 lei
Carmen Harra	
Decodificarea destinului	10,00 LEI
Semne, secrete și simboluri	6,00 LEI
Sănătate la trei niveluri	6,00 LEI
Cele 11 Principii Divine	25,00 LEI

Kostas Danaos	
Magul din Java	16,00 LEI
Robert Rabbin	
Pune suflet în ceea ce faci	12,00 LEI
Tristan	
Clepsidra cu paşi	19,00 LEI
RAMTHA	
Cartea Albă	24,00 LEI
Steve Rother	
Bun venit acasă. Noua planetă Pământ	18,00 LEI
Erik Pearl	
Reconectarea	16,00 LEI
Daphne Rose Kingma	
Iubeşte-te pe tine însuți	7,00 LEI
Gloria Wendroff	
Scrisori din cer	13,00 LEI
Maureen Moss	
BLISS	12,00 LEI
Aurelia Louise Jones	
TELOS vol. I, II si III	33,00 LEI
Elena Cocis, Erik Berglund	
Templul schimbării	28,00 LEI
John Perkins	
Schimbarea de forme	12,00 LEI
Dawn Baumann Brunke	
Vocile Animalelor	28,00 LEI
Evelyn Fuqua	
De la Sirius, la Pământ	18,00 LEI
Augusto Cury	
Părinți inteligenți, profesori fascinanți	12,00 LEI
Daniel Meurois-Givaudan	
Bolile karmice	12,00 LEI
Când nimeni nu te vrea	12,00 LEI
Frații nostri necuvântători	18,00 LEI

Michael Dawson	
Vindecarea cauzei	15,00 LEI
Iertarea	23,00 LEI
Brian Weiss	
Acelaşi suflet, multe trupuri	18,00 LEI
Multe vieţi, mulţi maeştri	10,00 LEI
Mesaje de la Maeştri	18,00 LEI
Dacă dragoste nu e, nimic nu e	15,00 LEI
Eugen Herrigel	
ZEN în arta de a trage cu arcul	7,00 LEI
Ron Baker	
O lume în curs de vindecare	15,00 LEI
Carrie Hart	
Quado ne vorbeşte	28,00 LEI
Caroline Myss	
De ce nu ne vindecăm şi cum putem să o facem?	24,00 LEI
P.M.H. Atwater, LH.D.	
Copiii cei noi şi experienţele din preajma morţii	28,00 LEI
Jonette Crowley	
Vulturul si Condorul	25,00 LEI
Wolfgang Wallner F	
Elihu	15,00 LEI
Jim Tucker	
Viaţa înainte de viaţă	15,00 LEI
Paul Elder	
Ochii unui inger	18,00 LEI
Sandy Forester	
Cum să devii fantastic de bogat, în cel mai scurt timp	15,00 LEI
Gay Hendricks, Debbie DeVoe	
Puterea unui singur gând	8,00 LEI
Bruce D. Schneider	
Relaxează-te, esti deja perfect	18, 00LEI
Jon Whale	
Dezvăluirea spiritului. Odiseea supranaturală	25, 00 LEI
Robert Monroe	

Călătorii în afara corpului 27,00 LEI

Michio Kushi / Stephen Blauer

Calea macrobiotică 23,00 LEI

James Van Praagh

Rai şi Pământ 18,00 LEI

Timothy Willie

Delfini, ET şi îngeri 12.00 LEI

Alberto Villoldo

Să reparăm trecutul, să vindecăm viitorul, prin recuperarea sufletului 15,00 LEI

Şaman, vindecător, înțelept 18,00 LEI

Cele patru introspectii 18,00 Lei

Vise curajoase 25,00 LEI

Kenny Werner

Măiestrie fără efort 17,00 LEI

Robert Schwartz

Suflete curajoase 22,00 LEI

William Gammill

Reuniunea 15,00 LEI

LEO ANGART

Să ne îmbunătățim vederea, în mod natural 20,00 LEI

C. J. Calleman

Calendarul Mayas 30,00 lei

Gay Hendricks

Cele cinci dorințe 10,00 LEI

Bruce Lipton

Biologia credinței 30,00 LEI

Evoluție spontană 38,00 lei

Don Piper şi Cecil Murphey

Slava de fiecare zi 18,00 LEI

***

Misterul anului 2012 37,00 LEI

Ruchard Weisman

Quirkologia - Ştiința bizarului 20,00 LEI

Dr. Angel Escudero

Noesiterapia - vindecarea prin gândire 22,00 LEI

Gabriel Cousens si David Wagner

Energia tahionică 15,00 LEI

Victor Sanchez

Toltecii noului mileniu 18,00 LEI

Meg Blackburn Losey

Copiii de Acum 20,00 LEI

Mary Lynch Barbera

Metoda comportamentului verbal,
pentru lucrul cu copiii autişti 20,00 LEI

Evelyn Elsaesser Valarino

De vorbă cu Angel 15,00 LEI

Robert M. Williams

PSYCH-K Partea /
Pacea ce lipseşte din viaţa ta! 12,00 LEI

Edna Frankel

Cercul Graţiei 30,00 LEI

Sonia Choquette

Întreabă-ţi ghizii 25,00 LEI

Barbara Hand Clow

Codul înţelepciunii mayaşe 30,00 LEI

Marco Pogacnic

Spiritele naturii şi fiinţele elementale 15,00 LEI

Frances Fox

Secretele matricei 15,00 LEI

Stuart Wilson & Joanna Prentis

Esenienii, Copiii Luminii 28,00 LEI

Darren Weissman

Puterea iubirii infinite 20,00 LEI

CĂRȚI ÎN PREGĂTIRE

Neale Donald Walsch
Când totul se schimbă, schimbă totul
Sonia Choquette
Lecțiile sufletului și scopul sufletului
Gregg Braden
Timpul fractal
Alberto Villoldo
Iluminări
Darren Weissman
Trezirea codului secret al minții noastre
Joan Borisenko
Busola sufletului tău
Ceryl Canfield
Vindecare profundă
Ervin Laszlo
CosMos - ghidul unui co-creator al întregii lumi
Barbara Wren
Trezirea celulară
Byron Katie
Cine ai fi tu, fără povestea ta
Gândirea ta sub semnul îndoielii
Lee Carroll
Drumul spre casă
Copiii Indigo, după 10 ani
Sandra Ingerman
Leac pentru Pământ
Caroline Myss

Să sfidăm gravitația

Richard Heath

Matricea creației

John Michell

Dimensiunile Paradisului

Deepak Chopra

Putere, libertate și grație Divină

Sylvia Browne

Călătorul mistic

Debbie Ford

De ce oamenii buni fac lucruri rele

Eldon Taylor

Programarea mentală

Lynn Grabhorn

Ei, te așteaptă viața!

Doreen Virtue

Viziuni angelice

Barbara Wren

Trezire celulara

Robert Monroe

Călătoria supremă

Călătorii îndepărtate

EDITURA FOR YOU

BUCUREȘTI, str. Hagi Ghiță nr. 58, sector 1

Tel/fax, 021/6656223; 0311001455

telefon mobil 0724212695; 0724212690

E-mail: foryou@editura-foryou.ro,

monica.visan@editura-foryou.ro;

editura_foryou@yahoo.com.

site http://www.editura-foryou.ro

http://www.copiii-indigo.ro

Imprimarea s-a făcut la tipografia " EXCELSIOR PRINT"
Tel / Fax: 021 313 2237
Tel. mobil: 0769 284 813; 0769 284 814.
E-mail:marcel_descultu@yahoo.com
site http:// www.xpres.ro
Adresa: B-dul Iuliu Maniu, nr. 7, sector 6, BUCUREŞTI.